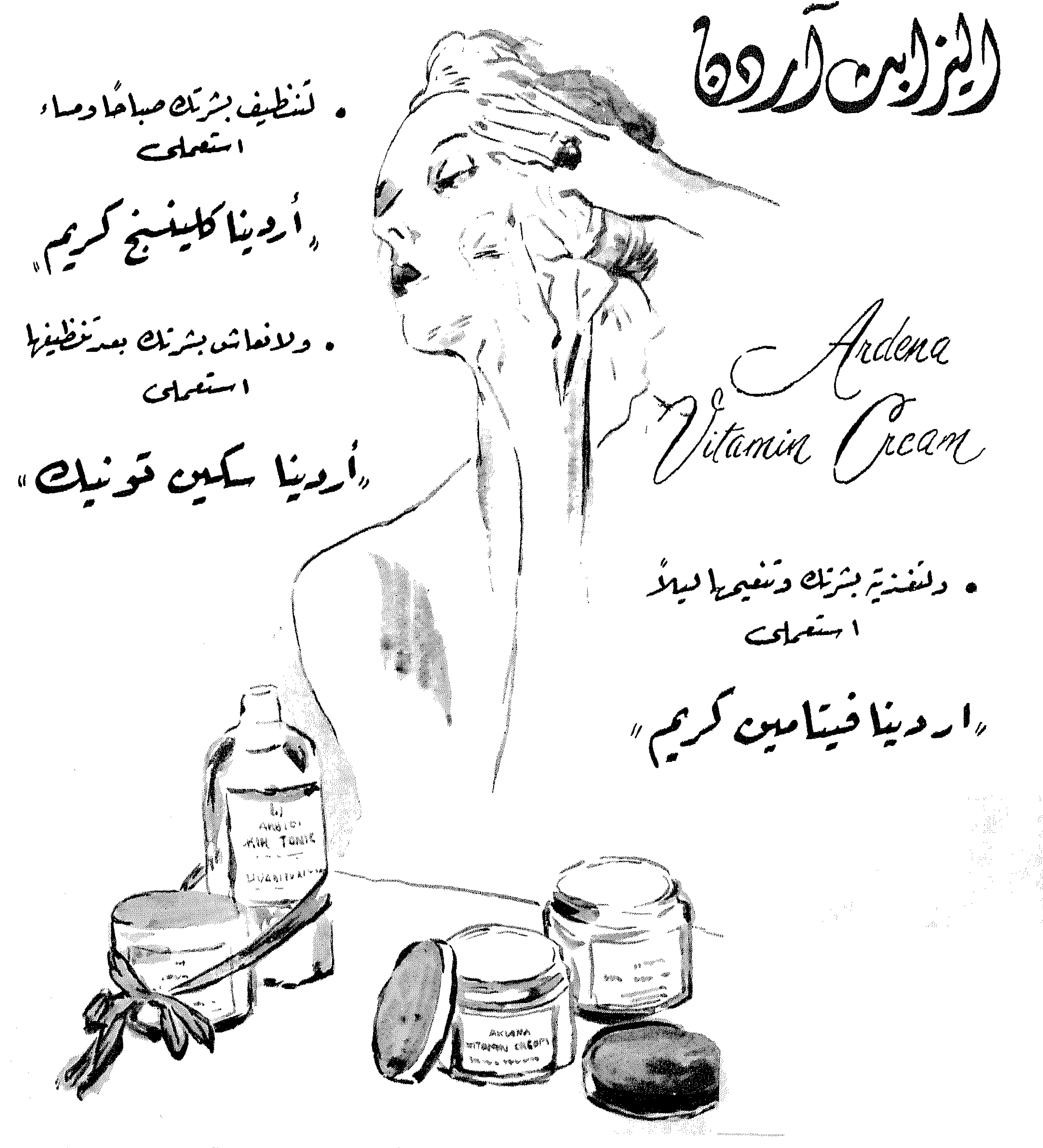

بنت النيل
عدد ممتاز
يناير ١٩٥٢



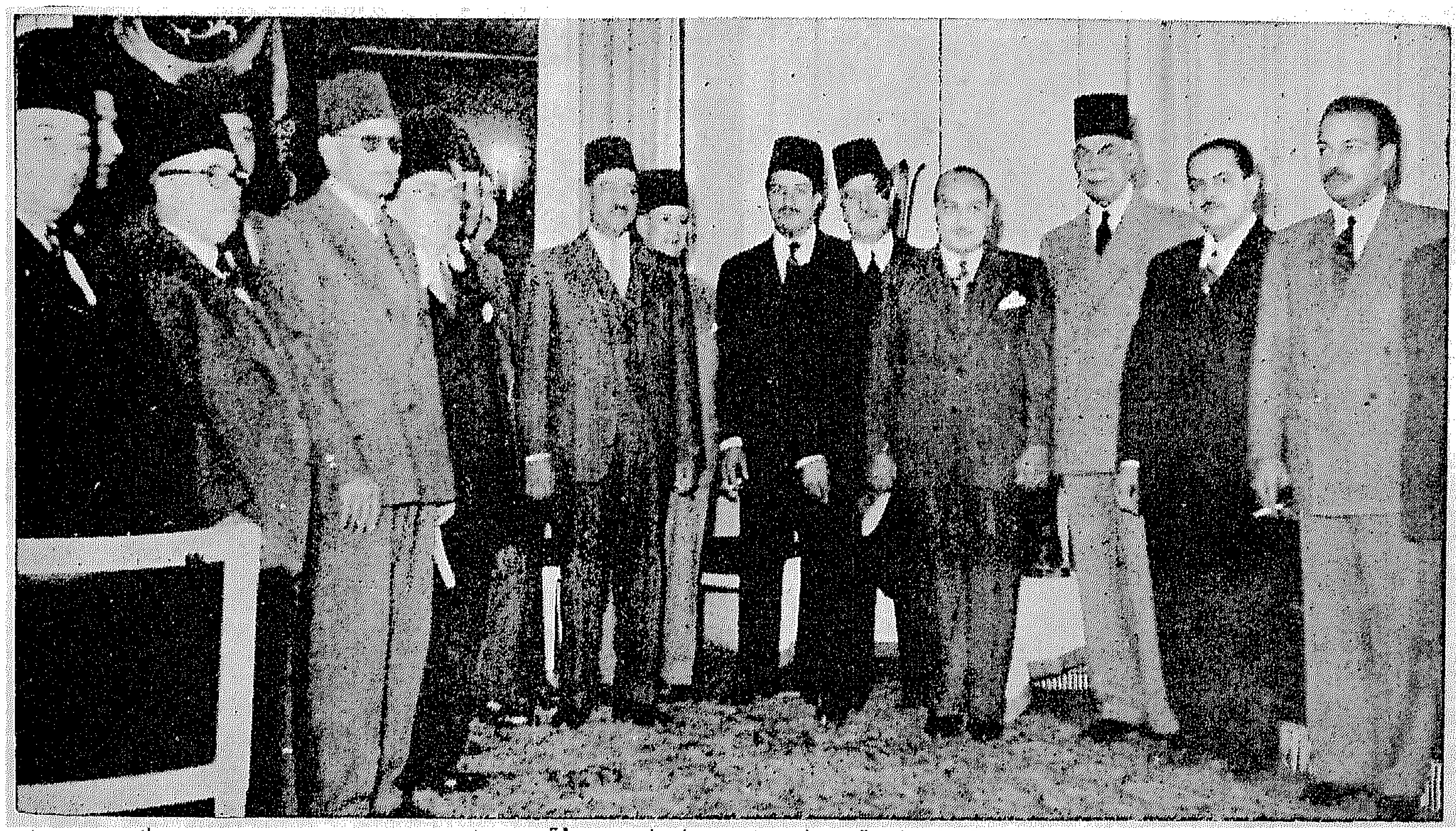
ولاى استعلام اتصلى بمس كيس الخبيرة الاخصائية لمعامل اليزابث آردن طرف الوكلاء **سلماوى وشركاه** ايموبيليا ٣٣٧ تليفون ٤٧٧٩١ التى يسرها أن تضع خبرتها فى خدمتك وأن ترشدك الى الالوان التى تناسبك وأفضل الطرق لاستعمال مستحضرات اليزابث آردن ٠

تباع فى المحلات الآتية

بالاسكندرية :	بالقاهرة :	بمصر الجديدة	بالسويس :	بالاسماعيلية :
محلات هانو	محلات شيكوريل	اجزاخانة نورتون	اجزاخانة جاتيس	اجزاخانة انترناسيونال
	محلات عمر افندى			
محل شالون	محلات شالون			باسوان :
	اجزاخانة نورتون	ببور سعيد :	بالمنصورة :	(ماجيلا فرايس
(لار دى لاكوافير	محل سوكرات			
سوكرات وشركاه)	بارفيمرى ايرين	محلات سيمون أرزت	مخازن أدوية الحرية	فوتو ستورز)

نهضة مصر الاقتصادية تكتمل بالمؤسسة القومية الجديدة

بنك القاهرة



حدث جديد يطل على مصر الحديثة فى ميدان كفاحها الاقتصادى والقومى .. ذلك هو المؤسسة الاقتصادية المصرية العظيمة (بنك القاهرة)

لقد كان لنبأ تأسيس هذا البنك هزة عنيفة وأثر ضخم فى الاوساط المالية والاقتصادية

وبالرغم من أن المؤسسين وكلهم من خيرة رجال المال، قد غطوا رأس المال ، فان هناك طلبات كثيرة قد توافدت على البنك بقصد الاكتتاب فى أسهمه . وقد رأى المؤسسون ، رغبة منهم فى أن يساهم الشعب فى هذه المؤسسة المصرية الصميمة الخالصة ، النزول عن جزء من الاسهم لتتحقق الغاية المرجوة من انشاء هذا البنك ، ولكى يفسحوا الطريق لسواهم ممن يكون لهم فى أسهم هذا البنك نصيب ..

ويكفى أن يكون مؤسسو هذا البنك من طليعة المجاهدين فى كل ميدان ، ليعلم الشعب ان على مثل هذه الدعائم ترتكز هذه المؤسسة الضخمة ...

هؤلاء المؤسسون هم أصحاب السعادة : عبد الشافى عبد المتعال باشا ، وعبد المجيد بدر باشا ، وأحمد علوبة باشا ، وعبد القوى أحمد باشا ، ودولة جميل مردم بك ، وفؤاد جرجس باشا، وعبده نجيم باشا ، وأحمد قرشى باشا ، والشيخ المحترم محمود أبو الفتح ، والاستاذ روبير خورى ، وسيد يس بك ، وعباس الرمالى بك ، والاستاذ فرانسوا تاجر ، والاستاذ محمود حسن محمود وولده، والاستاذ شفيق حلبونى ، والاستاذ لطفى سباهى ، وحضرتا أوميرو أشيل أفرينو والسيد عبد الله القبانى ، والاستاذ شوكت حماد ، والنواب المحترمون : عبد الحميد سراج الدين بك عضو مجلس الادارة المنتدب ، وموريس دوس بك ، ومحمد عبد الله لملوم ، ولملوم عبد الرحمن لملوم ، وعبد اللطيف المردنلى، وحسن رشاد المراغى

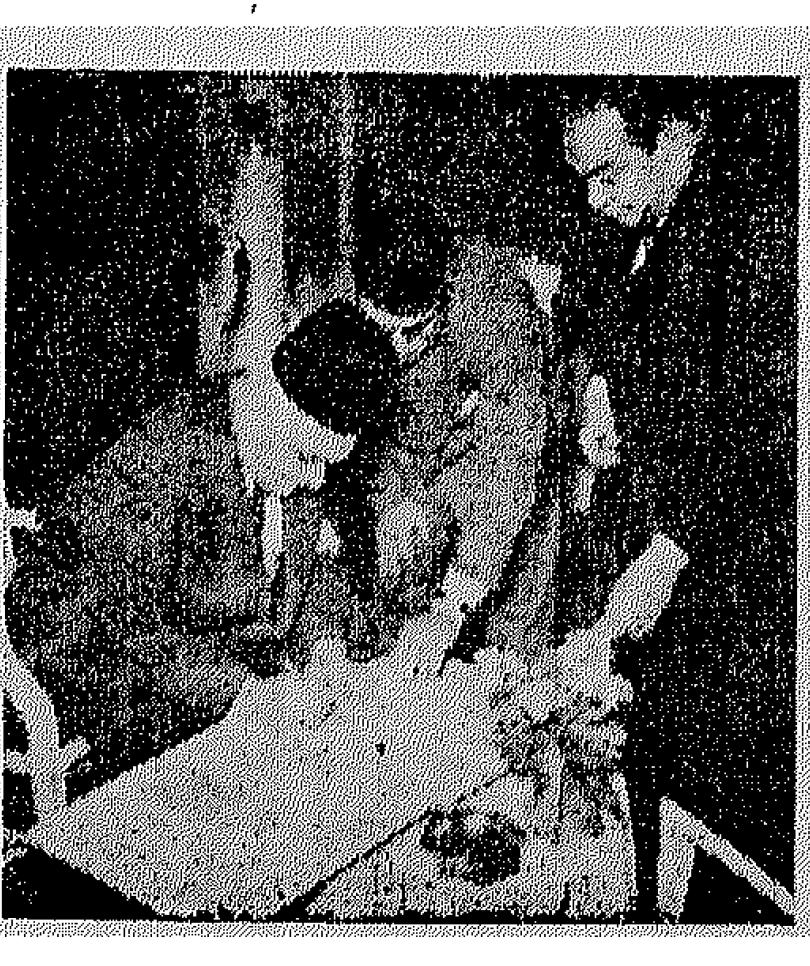
والبنك بهذه المثابة يوحى بالاعتداد والثقة فى أنه سينهض بمهمته الاقتصادية والقومية على خير وجه ، وبخاصة انه قد توافرت له جميع عناصر النجاح ، وأهمها الثقة والسمعة والادارة الحسنة على أيدى موظفين أكفاء لهم خبرة تامة بالشئون المالية والمصرفية .

هذا وينتظر أن يفتتح البنك الجديد رسميا قريبا ريثما يتم اعداد داره الجديدة بشارع قصر النيل رقم ٤٧

لفيف من حضرات الاعضاء المؤسسين وهم يوقعون على محضر التأسيس



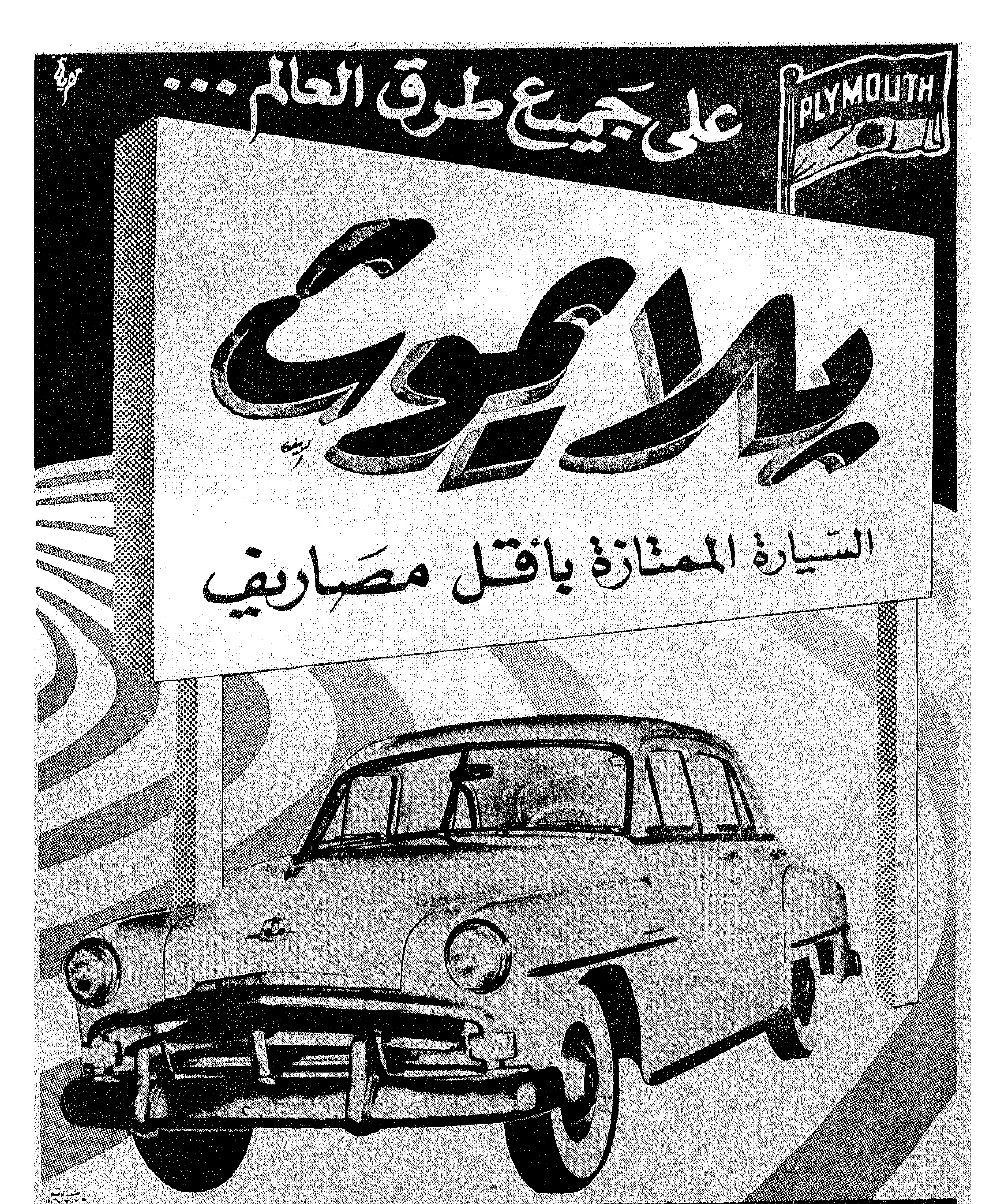
جميل مردم بك



محمود ابو الفتح بك

عبد الحميد سراج الدين بك

الاستاذ اومي افرينو


PLYMOUTH
على جميع طرق العالم...
بلايموث
السيارة الممتازة بأقل مصاريف



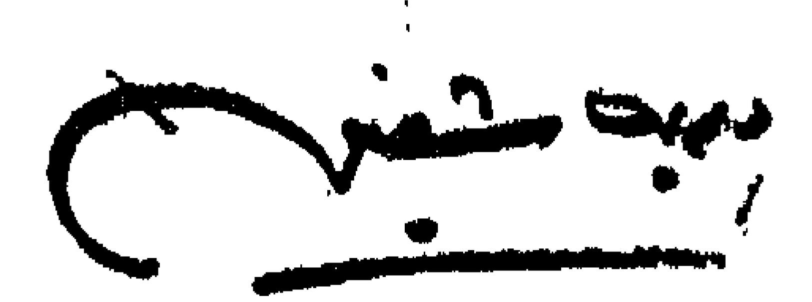
تستقبل الدنيا عاما جديدا بالبشر والابتهاج ويظن من يسيء الظن أن مصر الخالدة على الزمن تستقبل هذا العام أقل بشرا من بلاد العالم جميعا وهى فى الحق تزهو على غيرها من الامم ، لانها وحدها فى أتون الجهاد من أجل استقلالها تنصهر فتبدو للعالمين مشرقة بكفاح أبنائها وسعى شعبها لرد اعتبارها غصبا وعنوا ما دام قد عز عليها تحقيق الهدف بالملاينة والحسنى .

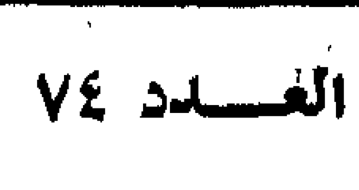
فهذا العام الجديد تستقبله الامم الغربية بالرقص على ألحان الموسيقى ونستقبله نحن على أنغام الرصاص لا تبتئس لصرعانا فى القتال ، فان كل صريع منا يكتب صفحة خلود لبلاده ، ويؤجج نار الحماسة فى قلوب مواطنيه ، ويجعل العام الجديد مليئا بالفخر ويسجل لمصر أنها أمة آلت على نفسها أن تشغل الدنيا حتى تعرف الدنيا مقامها وتنزل على مطالبها وتؤمن بأنها جديرة بحريتها واستقلالها .

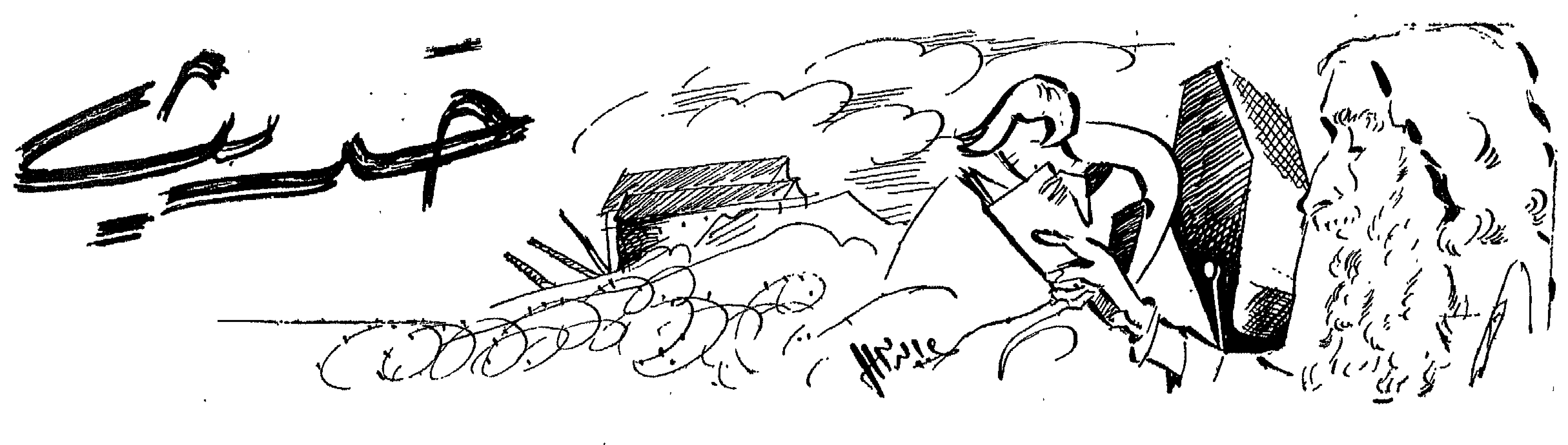
ان الانجليز ومن يجرى فى فلكهم قد استقبلوا العام الجديد فى رخاوة ، ونحن قد استقبلناه أشد قوة من حديدهم ونارهم ، وأصلب عودا من مدافعهم ودباباتهم ، وسوف نجعل عامهم الجديد حملا ثقيلا عليهم ، يهز أعصابهم ، ويفتت أكبادهم ويشغل مالهم ورجالهم ، سنجعل العام الجديد عام افلاسهم السياسى والاستعمارى والاقتصادى ، حتى ترد عقولهم الى رءوسهم ، ويؤمنوا أن عهد الاستعمار قد مضى وولى ، وأن الامم الابية الحرة لن تنال بالقوة والعنف ولو كان كل مستعمر لزميله مؤيدا وظهيرا .

ما أغبى القوم حين يخطئهم التقدير ! أنهم يرون الدنيا كأنها لم تخرج بعد من القرن التاسع عشر ، لقد نسى الانجليز أن المصريين حاربوهم فيما مضى فرادى أو جماعات ، لم تؤيدهم حكومة أو وال ، وأنهم اليوم يحاربونهم جميعا ، شعبا وحكومة ، شيبا وشبانا اناثا ورجالا ، وهذه القوى لن تنفصم لها عروة حتى يتم جلاء المستعمر عن بلادنا ...

العام الجديد ... ما أسعدنا فيه ، فقد أقبل على رفات شهيد أو انات طريد ، وذلك عبرة للاحياء منا ، فان الشهداء يطلبون الثأر ، ويضربون المثل ، ويعلنون عن مصر أحسن اعلان ، فقد أثبتت رفاتهم أن فى السويداء رجالا واناثا ، سوف يردون اعتبار مصر ، ويجعلون العام الجديد صفحة جديدة فى تاريخ الوادى هى صفحة تكتمل فيها حريته وتسجل عليها ألوان كفاحه والعقبى للمؤمنين الصابرين .







للدكتور ابراهيم عبده

هذا الباب ...
نستعرض هنا أحداث الشهر ، فلكل شهر أحداثه الجديرة بالرواية والتسجيل ، وسوف نجعل من هذا الباب معرضا للافكار ومكانا نلتقي فيه مع قرائنا ، وقد لا نتفق في أمر من الامور ، بيد أننا سنجعل الحق غايتنا والصدق هدفنا ، وسوف نفسح لتعليقات قارئاتنا مكانا في هذا الباب اذا أعوزهن تعليق أو تعقيب ..

أحداث ديسمبر

أثارت أحداث ديسمبر الشجن في كل قلب ، وران الحزن على كل بيت ، من فعال هؤلاء الانجليز الذين لا يريدون أن يعتبروا بالتاريخ ، فقد نسوا أن عصر الاستعمار قد ولى وانتهى ، وأن صداقة الشعوب لا تكسب بالحديد والنار ، انهم كما يبدو لى مدفوعون بمركب النقص ، فقد شاهد جيلهم الحالى الامبراطورية وهى تصفى ، فتشبثوا بموقفهم منا لعل ذلك يرد عليهم الرمق ، رمق الامبراطورية المحتضرة .. ولكن مصرستدق اخر مسمار فى نعش هذه الامبراطورية وسيشهد المصريون تشرشل يبكى على تصفية الامبراطورية التى ساهم فى بنائها منذ خمسين سنة ..

المرأة فى الميدان

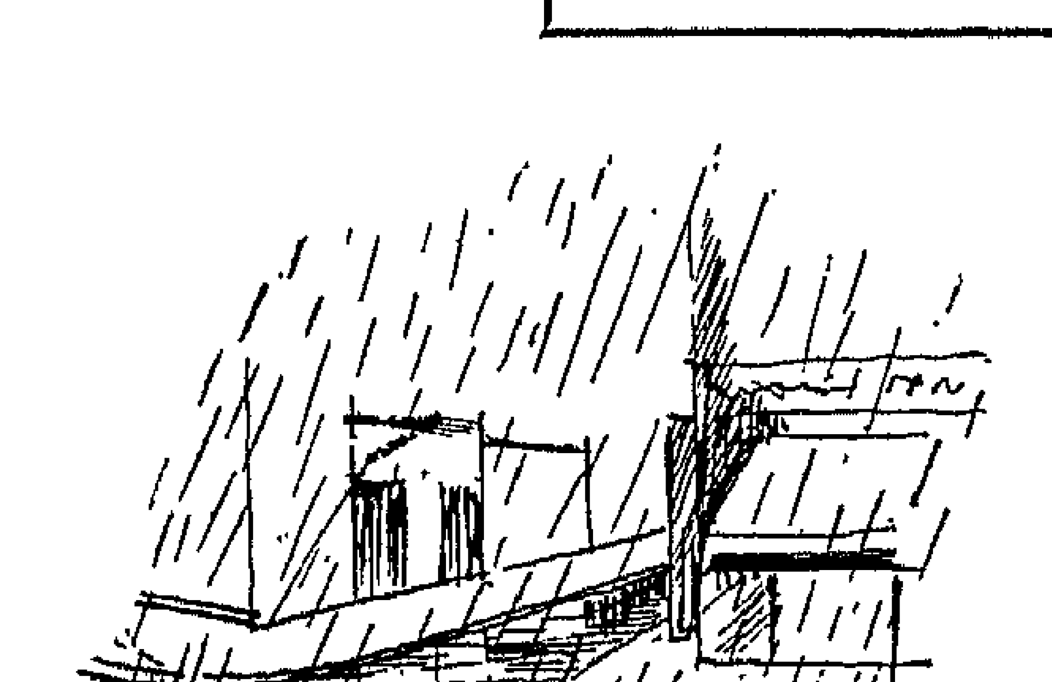
اختلف الناس فى مساهمة المرأة المصرية مساهمة فعالة فى مشاكل الساعة ، وشكا البعض كيف يؤذن للفتيات أن يحملن السلاح ويذهبن للتمرين بعيدا عن رقابة الاباء والامهات ، وهذه الشكوى قد يكون مبالغا فيها ، وقد تكون الاقاويل فيها غير صحيحة ، ولكننى أفترض أن خطأ ارتكب هنا أو هناك ، فليس معنى هذا أن مقومات أخلاقنا قد انهارت ، وما أظن أن الدافع الى حمل السلاح رخيص الى هذا الحد ، فأن معظم الفتيات اللائى أقبلن على كتائب النساء لا بد أن يكون دافعهن أسمى وأكبر من (اللعب بالنار) أو اللعب بصورة من الصور التى لا يرضاها القوامون على الاخلاق .

ولست أعنى فى كل هذا أننى مؤمن بكتائب النساء وحملهن السلاح ، ولكنها تجربة ان صحت ، أضافت جديدا الى سيرة المرأة فى صفحات الجهاد ...

* * *

عاصمة فى الوحل

نعم هى القاهرة عاصمة الوحل فى شهر ديسمبر ، العاصمة التى فيها الحكومة وفيها البرلمان ، وفيها على ما يقولون بلدية أعلنت عن وجودها فى باريس منذ شهور ،



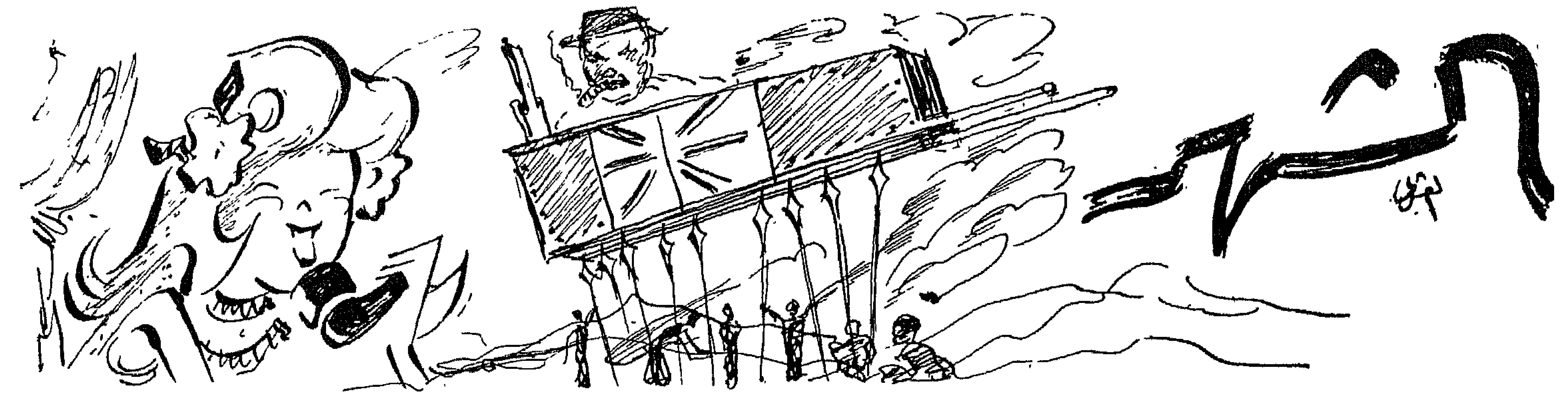
وأعلنت وكالات الانباء عن أعضائها فى احتفال العاصمة الفرنسية ببلديتها ، وعرضت الشاشة وجوه أعضاء البلدية من مواطنينا وهم يشاركون فى الاحتفال ، فظن المصريون - وبعض الظن اثم - أن أعضاء البلدية قد درسوا طريقة التخلص من المطر المدرار فقد أمضوا أياما فى باريس والمطر ينهمر ليل نهار دون أن يترك وحلا ودون أن يسد طريقا ، بينما ابتسمت السماء لنا أربع ساعات فغرقت القاهرة فى الوحل ، وآمن المصريون أن أعضاء بلديتهم لم يدرسوا فى رحلتهم الى عاصمة المطر فى أوروبا كيف يتخلص الناس من الامطار ؟!!

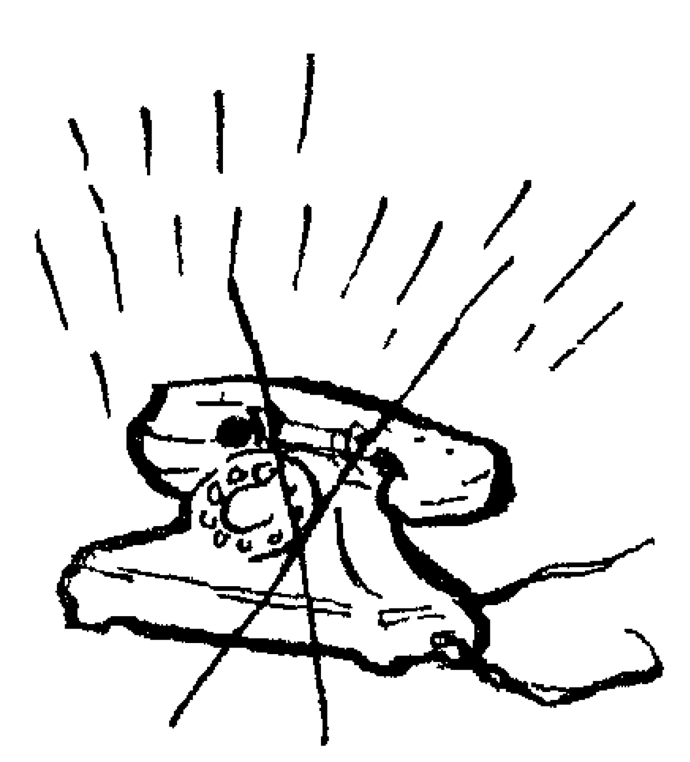
* * *

الخطف الرسمى

سألنى صاحبى : اذا جاء مالك البيت ورفع أضلاف النوافذ ، وخلع الباركيه ، وأفسد دورة المياه ، ثم طالبك بعد ذلك كله بزيادة الايجار فماذا تقول له ؟ قلت أزعم أنه مجنون أو مخبول أو معتوه وأطلب له الشفاء ..

قال صاحبى : وما رأيك ان مصلحة التليفونات أعطتنا آلة لا تنطق فاذا نطقت (وورت) لا تجيب ، واذا أجابت أعطتك رقما غير الرقم المطلوب ، فقد طلبت الجامعة مرة فردت ذات الصوت الرخيم تذكر لى الزمن بالساعات والدقائق والثوانى ؟ فأدرت رقم الجامعة مرة ثانية فأجابنى





مستشفى المجاذيب ؟!! ثم جاءت المصلحة فزادت ايجار التليفون ورفعت سعر المكالمات أو خفضت عددها وضاعفت مصاريف النقل !؟

وانتظر صاحبى أن أجيب فصمت صمت آلة التليفون معظم اليوم ؟!!



زيارات ثقيلة

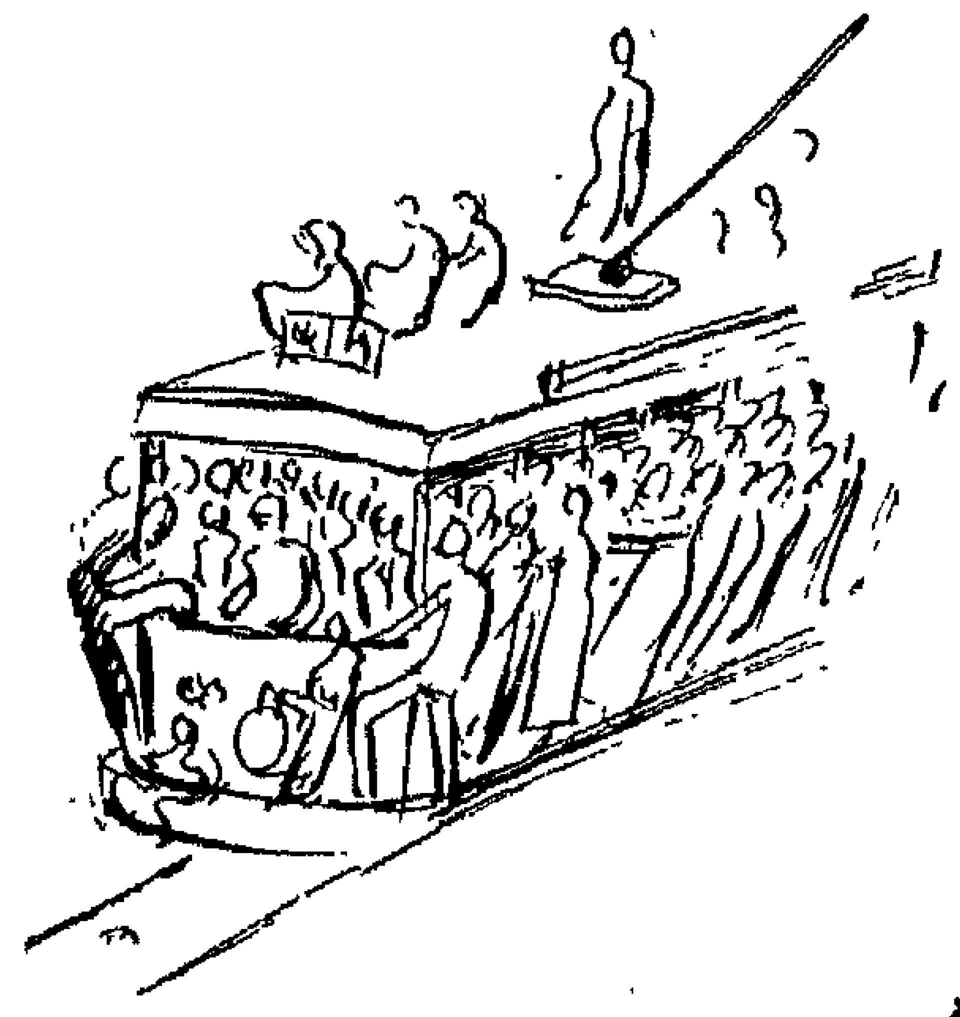
غضب أحد الناس لاننى لم أحسن لقاءه فى بيتى ، ودليل ذلك عنده أننى استقبلته بثياب المنزل ، بيجاما وروب وطرطور فوق رأسى ! وأشهد اننى كنت متبرما بزيارته ، فقد كنت مشغولا بقراءة وكتابة عاجلة ، وهو قد أقبل على غير موعد ، فما كان يجوز أن أرفض لقاءه ، وما كان يحسن به أن يعاتب على مظهر المقابلة ، فان كنت معه ثقيلا فقد كان هو أثقل ، لان بيت الانسان حرم يجب أن يستأذن الانسان فى دخوله ، ويجب أن يرضى أصحاب البيت عن الساعة التي يدخل فيها الضيف ، والا أصبحت البيوت كحوانيت الحلاقة أستغفر الله فان حوانيت الحلاقة لها ساعات تغلق فيها ولها يوم اجازة ...

* * *

هذه الاريحية

أعلنت الصحف ان الباكستانيين على استعداد لان يبعثوا بعشرين ألف محارب مسلح لمعاونتنا فيما نحن فيه من كفاح مع المستعمرين ، وهذه أريحية يجب أن تذكر ولو قصد أصحابها المجاملة ، يجب أن تذكر ويثنى على أصحابها الثناء العاطر، وما كان أحرى باخواننا أعضاء الجامعة العربية أن يقفوا منا هذا الموقف ، فاننا لم نسمع من حكومة أو شعب عربى مثل هذا الكلام ، غير بعض المقالات التى لخصت ونشرت فى مصر ، مع أنها شعوب تلقى ما نلقاه ، ويحسن أن تضع معنا يدها فى النار ، فقد وضعنا أجسامنا من أجلها فى تلك النار يوم تأزم الامر فيها ، وكان لنا نصيب فى فك أسارها أو التخفيف من بلواها .

هذه تحية للباكستانيين وتذكرة للمؤمنين !!

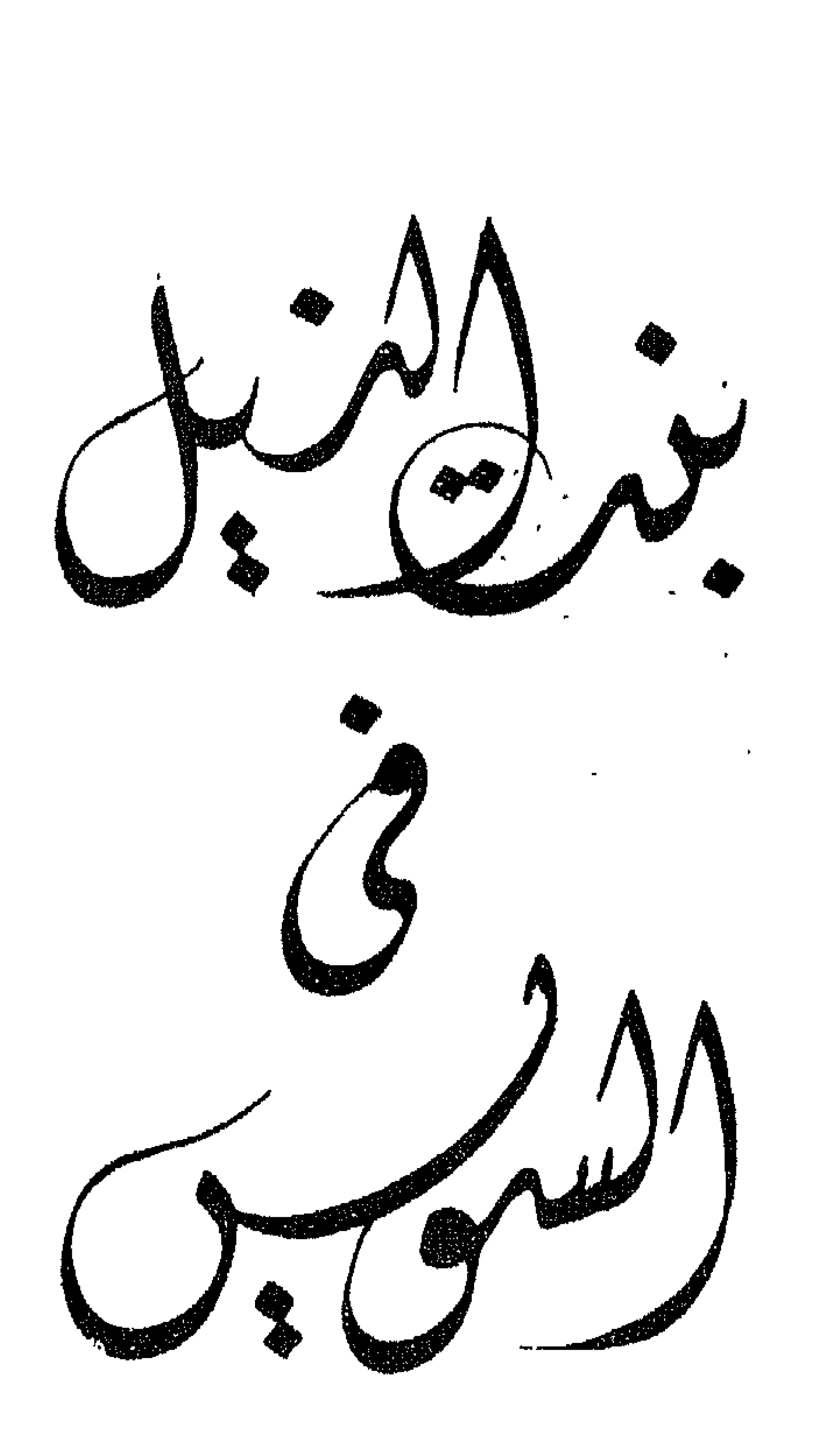


المواصلات فى مصر

لن أؤمن مطلقا بأن الاستعمار قد انقضى عهده الا اذا تحررت مواصلاتنا من آثار هذا الاستعمار ، أنظر الى ركاب القطارات أو الاتوبيسات أو الترام أو المترو ، وقل لى بربك هل هناك كفاح أقسى من هذا الكفاح ؟

كيف يصل الانسان الى عمله أو يعود الى بيته وفى قلبه ذرة من الانشراح وقد تحطمت أعصابه فى الطريق ؟ ان مناظر الناس وهى تتكالب بالمناكب على درجات الترام أو السيارات العامة تذكرنى بيوم الحشر الذى ذكرته جميع الاديان ، وصورت فيه الدنيا محشورة فى مكان محدود ، بل ان يوم الحشر سيكون يوما منظما فيه الحياة أهون بكثير من حياة المصريين وهم يكافحون فى الطريق العام ، وهو يوم يفرض على الناس أن يسيرو على صراط مستقيم ، وينحرف بعضهم الى الجنة والبعض الى النار ، بينما المصريون يأخذون أماكنهم بالعنف والقوة فى القطار أو الترام ، ويستوون فى (جهنم) وحقا ان مواصلاتنا هى جهنم بعينها وخاصة اذا نزل مطر أو اشتد قيظ .

لعل أصحاب الشأن يريدون تهذيب الناس وتذكيرهم بجهنم حين يسمحون بسير هذه القطر أو تلك السيارات .





كفر احمد عبده .

خرجت الدكتورة دريه شفيق رئيسة اتحاد بنت النيل فى الصباح المبكر الى السويس يصحبها وفد من أعضاء الاتحاد قيل لهن ان الطريق خطر والامر صعب فتريثن .. فقلن وهل بنت النيل تعرف الخوف أو الوجل ؟ أنها لو تطرق الخوف الى قلبها ما قامت قومتها هذه وما طالبت بحقها فى جو يقف الكثير فيه فى سبيل تقدم المرأة وما تحملت كل هذه الصعاب فى سبيل رسالتها . انها مواطنة تطالب بحقها فعليها ان تقوم بالواجب وتبعاته

وأخيرا عقدن العزم وسافرن فى الساعة الخامسة من صباح يوم الخميس .. فما أن علم وفد الصحافة بالسويس بوجود هيئة اتحاد بنت النيل حتى صحبهن فى كل مكان ذهبن اليه . ذهبن الى مستوصف الهلال الاحمر فاستقبلهن صاحبة العصمة سميحة هانم الخولى حرم سعادة المحافظ . تلك السيدة التى برهنت فى كل مناسبة أنها خير من يشرف المصرية الحديثة بقوة شخصيتها وسعة أفقها ونشاطها الجم وايمانها بوطنها خير ايمان . وكانت سيدات الهلال يرحبن ببنت النيل أجمل ترحيب .

طافت الهيئة بالمستشفى الاميرى ووزعن الكساوى على كل جريح مع الحلوى والسجائر والفاكهة .

ومما لفت الانظار منظر سيدة تثير الالم مما فعله هؤلاء الوحوش بالضحايا المسالمين . جلست وبجانبها ابنتاها سميره وعليه احداهما قطعت رجلها برصاص الانجليز المجرمين والاخرى أصيبت فى فخذها . فأجزلت هيئة بنت النيل لهما الهدايا وقد طمأننا سعادة الدكتور عبد الحميد وهبى بك مدير المستشفى بالنتيجة لكثرة ما يبذل من الاهتمام نحوهما

وقد شاهدنا هناك بعثة من كبار الاطباء برياسة دكتور فتحي الجزيرى ثم



بنت النيل تواسى الضحايا

... وتفحص احوالهم

فى المستشفى الاميرى

جلست وبجانبها ابنتاها

الدكتور سعيد عفت نائب مستشفى الملك ودكتور محمد عبد الحميد ودكتور فريد عز العرب مع عدد من الممرضات والحكيمات . ترك الجميع عياداتهم وأعمالهم فى سبيل هذا العمل الانسانى الوطنى

والله ان مصر بخير مادام بها هؤلاء المخلصون العاملون والمخلصات المكافحات .

هيئة بنت النيل وهيئة الهلال الاحمر وهيئة الاطباء الجميع يلتقون فى معبد الانسانية المقدس ليخففوا ألم الجريح ونكبة المنكوب هذا يداوى وتلك تواسى ، وهذه تهدى الهدايا . فمصر اذا بخير . ثم ذهبن بعد ذلك الى كفر عبده أو كفر الاحرار ووزعن النقود على ما بقى من أفراد هذا الكنز العظيم . ورجعن فى المساء وصورة كفرعبده ملء السمع والبصر ، الكفر الذى خلق فى الامة روح الكفاح والثأر

روحية القلينى


ووزعن الكساوى

اتحاد بنت النيل



بنت النيل تمحو الأمية



كان يوما حافلا بالمعانى الوطنية الرائعة يوما يعبر عن الوعى القومى بصورة تبعث على الامل فى حياة حرة مستقلة لا أثر للمستعبد فيها أو المغتصب ٠

شرف الحفل صاحب السعادة صادق باشا جوهر وكيل وزارة المعارف ومعه بعض كبار رجال الوزارة كما شرفه سعادة عبد الواحد بك خلاف مدير عام التعليم الاولى ٠

وقدمت الاستاذة زينب لبيب المتكلمين وبدأ الحفل سعادة جوهر باشا لانه الرجل الذى ساعدنا فى جهادنا لنقضى على الامية بين النساء حتى تشارك المرأة فى السياسة العامة بصورة مشرفة ٠

تقدم صادق باشا بكلمة رائعة مثنيا على جهود الاتحاد الذى أثبت للعالم ان المرأة المصرية قد بلغت حدا من الجهاد والنشاط ما يجعلنا نفخر بها حقا ٠ ثم تلته السيدة فتوحه عثمان عضو اتحاد بنت النيل والمراقبة بوزارة المعارف بكلمة قيمة نالت الاستحسان عبرت فيها عن استعداد بنات النيل للكفاح جنبا الى جنب مع الرجال ٠

وأخيرا قامت الدكتورة درية شفيق رئيسة اتحاد بنت النيل بين عاصفة من التصفيق وعبارات مختلفة من الهتافات زعيمة النهضة ٠ المكافحة فى سبيل رقى المرأة ٠ المدافعة عن حقوق النساء ٠ السيدة التى أثبتت حق المرأة الشعبية فى الحياة بعد أن نقلتها من عالم الجهالة الى عالم النور ٠ قامت فألقت درسا وطنيا رائعا ناشدت فيه بنات النيل ألا يتخلين عن الجهاد ورجتهن فى حرارة أن يعملن ويتكاتفن فى سبيل قضية الوادى ولا يحفلن بعاتب أو مهاجم فمن يقف فى سبيل العامل من أجل الوطن يعتبر خائنا له ٠ ثم رحبت بالاعضاء الجدد وعددهن ألفان ٠ وكان منظرا شعبيا جميلا أن تختلط فتاة الجامعة والمعاهد العالية بطالبة محو الامية وأعضاء الاتحاد ٠ الجميع ينتظمن فى الصف معاهدات مصر على البذل والتضحية ٠

وقد اختتمت الكلمة بالتصفيق الحاد المتواصل من بنات الشعب اللائى أصبحن أعضاء جددا بالاتحاد بعد أن انتقلن من عالم الجهل الى حياة النور والعلم ٠

ومن أجمل المناظر التى رأيناها منظر الصحفيين وهم يمتحنون الاعضاء الجدد ليتأكدوا من مبلغ علمهن ٠ فكن يجبن على الاسئلة كتابة بشكل مشرف ويطمئن الاتحاد على مجهوده الجبار فى محو الامية وأنه اذا عزم على شىء لا تغفل عينه حتى ينجزه ٠

وأخيرا وزع سعادة جوهر باشا الاقمشة والحلوى على الطالبات وعرائس المولد النبوى الشريف على أوليات الفصول وخرج الاعضاء الجدد وكلهن لسان يهتف بحياة الدكتورة درية شفيق وأعضاء الاتحاد ٠






يتوافد على اتحاد بنت النيل زعيمات النهضة النسائية بالبلاد الشرقية والعربية

وها هى ذى السيدة ساجرة السامرائى تتحدث عن الاتحاد النسائى وتسرد للدكتورة درية شفيق آملها الكبير فى تحقيق آمال العراق فى نساء مصر .

وترى معهما الاستاذة روحية القلينى



"بنت النيل" ترعى الرجل

اذا نسى الرجل حقوق المرأة ، وتناسى آلامها ، وأغمض عينيه عن مشاكلها ٠٠ فان المرأة لا تعامله بالمثل ولكن تنتهز كل فرصة لكى تبحث مشاكله وتفتش عن أسباب آلامه لتزيلها ، وتفكر وتجهد نفسها بالتفكير لكى تضمن لذلك الرجل عيشا سعيدا وحياة هنيئة ٠ ولست بذلك أدعى شيئا فان المرأة اذا استطاعت بذلت كل جهدها فى سبيل اسعاد بنى وطنها غير مفرقة بين رجل وامرأة ٠

وان شئنا أدلة على هذا فان الايام ستظهر منها الكثير ، أما اليوم فانى سأكتفى بتلك الصور القلائل المنشورة على هذه الصفحة ولهذه الصور قصة :

ففى يوم كانت الدكتورة درية شفيق تتصفح احدى الجرائد فاذا بها تجد عاملا يشكو ضآلة مرتبه بالنسبة للاسرة التى يعولها وللنفقات الكثيرة التى تتطلبها حياته وحياة أسرته ٠٠٠ وهنا تأكدت الدكتورة درية من أن العمال فى المصانع المصرية لا يستطيعون عيشا كريما وبالتالى يخيم الفقر على بيوتهم ويظلمها الجهل وينتشرفيها المرض ٠٠ وهنا صممت أن تبحث عن حال هؤلاء العمال وتلمس مشاكلهم عن قرب ٠

وفى الطريق الى شبرا حيث توجد مصانع ياسين بك للزجاج أخذت تعيد على قصة ذلك العامل وتلقى عليه باللائمة لانه من هؤلاء الذين لا يستسيغون مساعدة نسائهم لهم ٠

وهناك وجدنا عكس ما كنا نظن فأجور العمال مرتفعة لدرجة أن أجر بعضهم قد يصل الى جنيه ونصف فى اليوم الواحد ٠ اذن ما السر فى أن بعض هؤلاء العمال لا يحيا حياة مريحة بالرغم من ارتفاع أجره ؟ أهو الجهل يدفعهم لان ينفقوا أموالهم فى غير موضعها أم أن تلك تقاسمه الحياة قد بليت بسوء التصرف نتيجة لجهلها فأضاعت مال زوجها وجهده ٠

ان كانت العلة هى السبب الثانى فان المرأة كفيلة باصلاح نفسها ومداواة جهلها وما مدارس مكافحة الامية التى تنشئها اتحاد بنت النيل الا دواء لهذه العلة

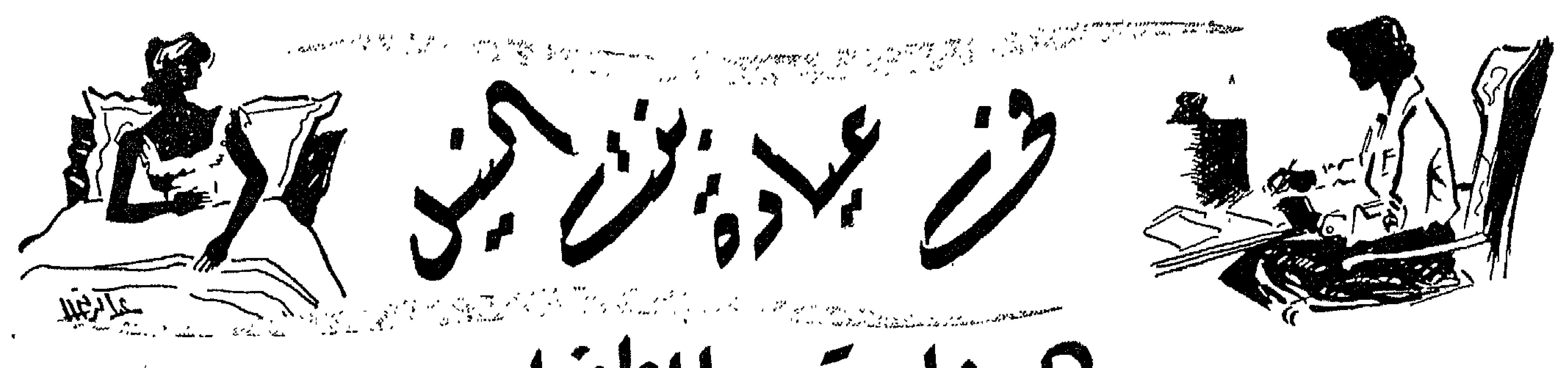
أما فيما عدا ذلك فجدير بالرجل أن يرعى نفسه ولا عيب فى أن يهرع الى زوجته كلما أعوزته الحاجة فليس عيبا أن تعمل المرأة بجانب الرجل ولكن العيب أن يتهدم البيت ويقف الآباء مكتوفى الايدى ٠

ومن ناحية المرأة فقد عزمت الدكتورة درية شفيق أن تعمل على زيارة بعض العمال فى منازلهم وتبحث حالهم وستعمل بينها وبين نفسها على أن تضمن لهذا الجزء الكبير من مجتمعنا حياة سعيدة فتضمن بذلك تقدم الشعب وتفوقه على غيره من الشعوب ٠

ف٠٠٠

الصور :

(١) بعض العمال منهمكين فى صياغة الزجاج
(٢) الدكتورة درية شفيق تبحث الحالة الاجتماعية لاحد العمال
(٣) جانب من الآلات التى استوردها المصنع حديثا
(٤) نظرة الى ما يبذله العمال من جهد



العناية بالطفل

لطبيب بنت النيل

لاحظت اهمالا في العناية بالطفل في أغلب الاسر المصرية التي اختلطت بها ولما كان من الواجب أن تولى كل أم هذا الامر اهتمامها الكلي لينشأ الطفل نشأة صحيحة ويكون سليم البنية فيصبح نواة لجيل جديد قوي نحن أحوج ما نكون اليه في كفاحنا من أجل الحرية ـ ولذلك رأيت أن أنشر سلسلة من المقالات تتناول العناية بالطفل منذ ولادته حتى يشب ويكبر بلغة مبسطة بعيدة كل البعد عن الاصطلاحات الطبية حتى تكون ميسورة الفهم لكل أم ذات ثقافة متوسطة .

يولد كل طفل تقريبا بصحة جيدة ويتوقف الى حد ما استمراره في تمتعه بصحته على الرعاية الجثمانية اللازمة التي تبذل له من غذاء كاف وتعرض للشمس والهواء ووضعه تحت رقابة صحية حازمة . ولكنه يحتاج أيضا الى رعاية معنوية الا وهي العطف والحب واذا قارنا من الوجهة الصحية بين طفلين متشابهين من كل الوجوه الا أن أحدهم يمكث في مستشفى لسبب من الاسباب والاخر يعيش في منزله لوجدنا أن الثاني يفوق الاول صحة ونشاطا لانه يتمتع بعطف والديه وحبهما والبيئة السعيدة تشع السعادة حولها ومهمة الوالدين ازاء طفلهما الناشىء هي الدراسة والتوجيه يجب عليهما ألا يفرضا على الطفل أن يكون مثاليا كالطفل الذي تكتب عنه مجلات الاطفال فان لكل طفل طبيعته وظروفه الخاصة فلا داعي لان تعتمد الام اعتمادا كليا على نصائح الاقارب والاصدقاء بل تميز بين ما يصلح تطبيقه على طفلها وما لا يصلح .

وعلى الام أن تستشير الطبيب يوميا في الاسبوع الاول لولادة الطفل ثم في اليوم العاشر ثم الرابع عشر وبعد هذا مرة في الشهر حتى يبلغ الطفل عامه الاول ـ واذا كانت الام ترغب في أن تباشر طفلها بنفسها فيجب عليها أن تضع له برنامجا خاصا لا تحيد عنه وقد يترتب على تطبيقه أن يرتبك عمل المنزل الى حين تعتاد هذا النظام وحينئذ تحل المشكلة من تلقاء نفسها .

ولكل طفل نظامه التوافقي الطبيعي في الاكل والنوم ـ والاخراج (التبرز والتبول) ولذلك يجب على الام أن توفق بين هذا النظام والبرنامج الموضوع بحيث لا يتعارضان فيكون للطفل :

١ ـ موعد محدد للرضاعة

٢ ـ موعد محدد للاستحمام

٣ ـ فترات محددة للرياضة فمما لا شك فيه أن الطفل تتحسن صحته ويأكل وينام جيدا اذا تعرض للشمس مدة كافية واستنشق هواء نقيا .

٤ ـ فترات محددة للنوم

الرقابة الصحية :

يقوم الاقارب والاصدقاء بزيارة الام بعد الوضع (الولادة) لتهنئتها ورؤية المولود وجدير بالام أن تمنع أي شخص مصاب بمرض معد ولو كان زكاما من الاقتراب من الطفل وأن تلاحظ ألا يسعل أحد بجوار الطفل أو يتكلم أمام وجهه مباشرة واذا كانت هي مصابة بزكام فيجب أن ترتدي قناعا يغطي أنفها وفمها ـ ومن الضروري تعقيم جميع الاواني والادوات التي يستعملها الطفل وخاصة اذا كان يأخذ رضاعة صناعية (لبن في زجاجة أي بزازة) ويجب عدم الاهمال أو التواني في تحصين الطفل ضد الجدري والدفتريا .

مضايقات المرأة

للدكتور حسني السيد حجازي

يأتي حب جمال الوجه في الغرائز الانسانية عقب غريزة حب البقاء لذلك ليس بدعا أن تهتم السيدة دائما ببشرة وجهها تستعين بالمساحيق والكريمات والغسولات وغيرها لتشبع هذه الغريزة الانسانية وتضيع وقتا كثيرا أمام المرآة تحاول فيه الاقناع أو الاقتناع

فالمرآة لا شك تذكرها دائما بهذا الوشم الازرق أو ذلك التشريط بجانب العينين أو تلك الآثار الباقية لهذه العملية الجراحية التي أجريت لها منذ زمن بعيد أو قريب أو هذه الحسنة التي نود أن تزول وغير هذا وذاك من مضايقات .

ولكي أهون عليك ياسيدتي هذا النضال النفساني المكبوت وهذه الصداقة اللدود بينك وبين المرآة أنصحك باستشارة جراح التجميل في كل ما يضايقك من أشباه هذه الحالات فهو لاشك ينزع الى الكمال ما استطاع العلم الحديث أن يعينكما عليه ويوصلك الى مستوى من الجمال يرضى المرآة والناظرين .

وأود أن أقصر حديثي هنا على اثنين من هذه المضايقات وهما الشعر وحب الشباب يكثر ذكرهما في رسائل قارئاتنا الكريمات

تتفاوت كميات الشعر بالجلد تفاوتا كبيرا فهو غزير في بعض الرجال قليل في معظم النساء له أماكن يكثر بها وأخرى يندر وجوده فيها وله مميزات جنسية أخرى لا داعي للاسترسال فيها ويكفي أن أذكر أن الشعر والخلايا الجلدية التي تكونه وتلتف حول جذوره جزء هام في كل نسيج جلدي ـ وغير خاف ما تتبعه بعض السيدات من الاستعانة بالملقط أو (الحلاوة) ليزلن بهما هذه الشعيرات اذا كانت في جزء ظاهر كالوجه مثلا ولكن كلتا الطريقتين فضلا عن ألمهما الشديد تستأصلان الشعر دون الخلايا فلا يلبث الشعر الا أن يعود مرة أخرى أما الطريقة الشرقية الاخيرة فعلاوة على ذلك تعطي للجلد لمعانا ظاهريا لا يخفى على الكثيرين

والنصيحة الطبية الواجب اتباعها هو الاستعانة باخصائي الغدد اذا ما كان الشعر غزيرا شاملا للجسم كله أما اذا كان عاديا أو على شكل شعيرات متناثرة بسيطة أو في بقعة صغيرة بالوجه فعليك بجراح التجميل فهو الذي يحدد أي الحالات تستدعي العلاج بالكهرباء حيث تقتل هذه الخلايا وأيها يستدعي جراحة للتجميل .

أما حب الشباب فأمره معروف للجميع اذ يصيب الشباب ممن كانت لهن بشرة دهنية كثيرة المسام وهو يزول من تلقاء نفسه كلما تقادم السن ولكنه يترك آثاره كالفجوات والنقط السوداء في أغلب الاحيان ـ وعلاقته قوية بوجود قشر الشعر أو مرض باطني أو نسائي ـ ونصيحتي لمن لم يسعدها الحظ ولم تر فائدة تذكر من علاج طويل لجميع هذه الحالات الثلاث أن تستشير جراح التجميل فعنده عملية حديثة تزيله وآثاره .



أمراض الأسنان

للدكتور مراد سليم فهمي اخصائي جراحة الاسنان
(مستشفى كفر الزيات الاميرى)

اننى اذ أكتب هذا المقال أرانى قد تخيرت موضوع يهم كل امرأة وخاصة اذا كانت عصرية وكل آنسة أو سيدة يهمها أن تتلافى الاسباب التي تؤدى الى هذه الظاهرة أو تجد لها العلاج ان لم تكن قد تنبهت الى الاصابة بأحد أمراضها ٠

ان هذه الظاهرة ما هى الا واحدة من أعراض عدة أمراض مختلفة متباينة بعضها فى الفم والبعض الآخر فى أجزاء أخرى من الجسم ٠

أمراض الفم التى تؤدى الى الرائحة الكريهة

١ — البيوريا ٠
٢ — تسويس الاسنان٠
٣ — التنفس عن طريق الفم ٠

٥ — أمراض جراحية مثل السرطان ونكروز الفك وأنواع القرحة المختلفة والخراجات وغيرها من الامراض ٠

وقد تنتج هذه الرائحة من أمراض :

ا) الجهاز الهضمى
ب) الكبد
ج) التهاب اللوزتين
د) التهاب الجيوب الانفية
هـ) خراج الرئتين

وهناك أمراض أخرى ولكن سنقتصرفى حديثنا على أمراض الفم

١) البيوريا :

عبارة عن مرض يصيب الغشاء المحيط بالاسنان وكذلك اللثة وعظم الفك وينتج عنه تآكل فى عظم الفك نفسه ووجود جيب بين السنه واللثة يتراكم فيه بقايا الاكل وكذلك الميكروبات الصديدية ويمضى الوقت يزداد عمق الفجوة بين الاسنان واللثة وتكثر تلك الميكروبات وتظهر رائحة الفم الكريهة جلية واضحة ويصاحب هذه الظاهرة سهولة ادماء اللثة لاتفه الاسباب وكذلك تخلخل فى الاسنان وأسباب هذا المرض هى عدم العناية بالاسنان خصوصا فى وقت التسنين وتراكم المواد الجيرية وعدم انتظام الاسنان والتنفس عن طريق الفم وكذلك الغذاء الرخو الذى لا يحتاج الى مضغ

العلاج هنا : تنظيف الاسنان بعد كل وجبة وعدم تعاطى سكريات بين وجبات الاكل — الرجوع الى الطبيب لعلاج الاسنان وأوصى باستعمال مضمضة قلوية تحتوى مثلا على كربونات المغنسيوم أو غيرها

التنفس عن طريق الفم :

سبب مباشر للبيوريا وتسويس الاسنان وينتج عن صعوبة فى التنفس عن طريق الانف والعلاج هناهو ازالة السبب مثل الزوائد الانفية ٠

الامراض الجراحية المختلفة:

وفيها يجب الرجوع مباشرة الى الطبيب ومما يجدر ذكره أن البنسلين قد لعب فى علاجها دورا كبيرا وقبل أن أختمهذا المقال أريد الاشارة الى :

ا) أن أمراض الفم والاسنان تكثر وتشتد أثناء الحمل بسبب تغير الوسط التفاعلى فى الفم الى الاتجاه الحمضى وبسبب القىء الذى يحدث أثناء الحمل ويحمل الحامض المعدى الى الفم ويصبح من السهل على الميكروبات أن تعيشفى الفم وكذلك تشتد أثناء التسنين للالام الموجودة وكذلك لعدم سهولة المضغ

مما يتيح معه تراكم الفضلات

ب) لا بأس من استعمال حبوب أو باستيلية تحتوى على مواد تياره مثل النعناع أو غيرها الى أن ينتهي العلاج وذلك لتحسين رائحة الفم والعلاج هنا يعتمد كل الاعتماد على المريض فيجب عليه

١ ـ استعمال مادة قابضة مثل حامض السثاتيبيك وهو على شكل بودرة مرتين يوميا لتدليك اللثة صباحا ومساء

٢ ـ استعمال مضمضة تحتوى على مادة الكراويا أكثر من مرة

٣ ـ اذا كان هناك ألم أوصى باستعمال :

أيوديد الزنك	١٥
الايودين	٢٥
جليسرين	٥٠
ماء	١٠

بالوزن

وذلك على مرور بين الاسنان

٤ ـ استعمال فيتامين ج. بمقدار ٥٠٠جم يوميا عندما تتقدم الحالة أوصى باستعمال معجون الاسنان (بيوركس) على الفرشاة برفق على الاسنان من أعلى الى أسفل فى الفك العلوى ومن أسفل الى أعلى فى الفك السفلى واذا كانت الحالة متقدمة يجب استشارة الطبيب الذى قد يقوم بكي اللثة أو اجراء عملية استئصال لها. وفي الحالات المتقدمة خصوصا اذا كان المريض يشكو من آلام روماتيزمية أو سكر أوصى بخلع الاسنان

تسويس الاسنان :

عبارة عن هدم الجزء الصلب من السنة وتجمع فضلات الاكل فى الفجوات الناتجة وكذلك الميكروبات ويحدث أن تتعفن تلك الفضلات وتنتج الرائحة وأهم أسبابها هى أيضا اهمال الاسنان ونضيف هنا استعمال المواد الغذائية الكربوهيدراتية وخصوصا السكريات البسيطة وخاصة اذا تعاطيناها بين الوجبات





توجد أكثر من مائة طريقة مختلفة لتقوية الجسم . ولكن لا يوجد الا ثلاثة أنواع من الرياضة تحقق تناسق الآلة الانسانية وهي : السباحة والتجذيف والسير على الاقدام .

ولا يوجد من تلك الرياضات الثلاث الا السير على الاقدام ليعطي أحسن النتائج وأكملها بأقل نفقات ممكنة .

لا شك في أن البعض سنيعترض بأن هذه الرياضة لا فائدة منها بدليل أن معظم اليوم نقضيه في المشى سواء كنا في المنزل أو في المصنع أو في المكتب . وجوابنا على هذا الاعتراض أن هناك فرقا كبيرا بين هذا المشى وذاك . ان المشى الذى نريده هو ليس أيضا ذلك السير البطيء الذى تقطعين بمعدله ثلاثة كيلومترات في الساعة الواحدة، كمن يتنزه في حديقة من الحدائق العامة يقف تارة ويمشى أخرى ...

ان **المشى** الذى يريح والذى ينشط والذى يقوى لك سنشرحه لك على هذه الصفحة .

لابد أن نسألك أولا كيف تمشين في الشارع؟ هل تمشين متراخية ؟ نعم أنت تمشين كذلك ، لانك تثنين ركبتيك أما شد الساق مع عدم ثنى الركبة فهو من شأن الرياضيين الذين يمارسون الرياضة بدون انقطاع . نحن لانطلب اليك أن تكوني مثلهم في طريقة مشيهم ولكن كل ما نريده منك هو أن تجعلي حركاتك نشطة . ولتكن سعة الخطوة بين ٦٥ سم و٨٠ سم حسب ارتفاع قامتك . أما عن السرعة فيجب أن تكون بين خمسة كيلو مترات وستة . وهكذا يتحتم أن يكون عدد الخطوات مائة في الدقيقة الواحدة . أتركى ذراعيك تتأرجح أرجحة طبيعية . تنفسى ولكن دون أن تلاحظى نفسك ودون أن تقومى بأى مجهود ولسوف تجدين الايقاع الذى يناسبك والذى يختلف عادة بالنسبة لاستعدادك ودرجة الحرارة وطبيعة الارض التى تمشين عليها .

لا تمشى أكثر من ٦ كيلو مترات في اليومين الاول


أربعة تمارين مختلفة للقدمين



والثانى على أن تستريحى خمس دقائق بعد كل كيلو متر واحد • أما فى اليوم الثالث ففى امكانك المشى سبعة كيلو مترات • وفى اليومين الرابع والخامس يمكنك أن تمشى ثمانية كيلو مترات وفى اليوم السادس ٩ كيلو مترات والسابع عشرة كيلومترات مع الحرص على الراحة بعد كل كيلومتر واحد •

بعد هذا التمرين يمكنك المشى ساعة أو ساعة ونصف كل صباح ومثلها بعد الظهر على أن يتخلل تمرين الصباح ثلاثة استراحات كل استراحة عشر دقائق •

حاولى أن تسيرى بسرعة سبعة كيلومترات فى الساعة فان هذه السرعة تنشط الجسم وتعيد اليه ما فقده من حيوية • ولا مانع من زيادة تلك السرعة قليلا •

لتحتفظى لقدميك بنعومتهما

مارسى هذه التمرينات ٢٠ مرة صباحا بعد الاستيقاظ من النوم و٢٠ مرة مساء مع الاحتفاظ بالساقين أفقيين وسندهما على اليدين •

١ – اثنى أصابع القدم الى الخلف الى أبعد ما تستطيعين •

٢ – ضمى أصابع القدم الان مع ثنيها الى الامام •

٣ – اشددى قدميك جيدا واثنى أصابعهما الى الخلف

٤ – احتفظى بقدميك مشدودتين وضمى أصابعك بقوة •

نصائح مفيدة

هل تريدين ياسيدتى الاحتفاظ بجمال قدميك ؟ اتبعى اذن هذه النصائح :

- **لا تشترى أحذية ضيقة فانها فضلا عن انها مؤلمة لقدميك فانها تشوه شكلها •**

متفرقات فى الحكم والنصائح حسب الحروف الابجدية

- **طوبى لمن يحب الفضيلة ويكره الرذيلة**
- **ظلم اليتامى مفتاح الفقر**
- **عالم بلا ورع كأرض بلا نبات**
- **غاية الادب أن يستحى الانسان**
- **فخر الام وزينتها حسن تربية أولادها**
- **قابل الناس بالبشاشة ولو أبغضوك أو أغضبوك**
- **كتمان السر يورث السلامة وافشاؤه يورث الندامة**
- **لا ايمان لمن لا أمانة له ولا وعد لمن لا وفاء له ولا دين لمن لا عهد له**
- **مت طالبا للعلم بدلا من أن تعيش قانعا بالجهل**
- **نحن محتاجون لكثير من العلم وانما احتياجنا الى الاخلاق أكثر**
- **هلك من اغتر بنفسه وسطا على أبناء جنسه**
- **وكل شىء يرخص اذا كثر الا الادب فاذا كثر غلا**
- **يوم واحد عند الله أفضل من ألف سنة فى الحياة**



هزى اليد بارتخاء على أن يكون اهتزازها فى حركات سريعة مركزها المعصم وذلك لازالة كل تصلب يكون بها ثم أريحى المعصم وابدئى بتنشيط الدورة الدموية بها تنشيطا خفيفا .

علاج للايدى الحمراء :

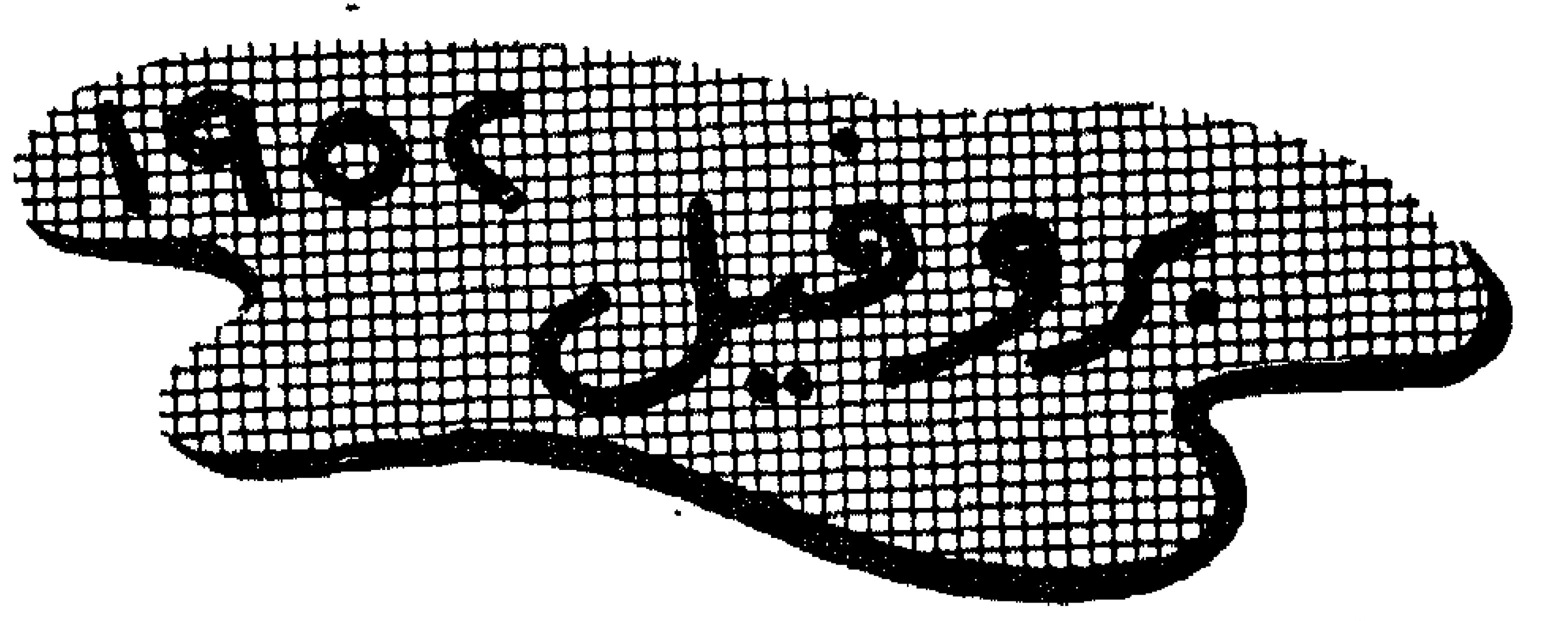
اعملى لهما مساجا بتدليكهما بادئة من أطراف الاصابع ومتجهة الى المعصمين على أن تزيدى الضغط فوق العقل والكف

لتليين حركة كل اصبع اجذبي الاصبع الى الخلف ثم اتركيه فجأة مع هز اليد من المعصم .

ابدئي بيدك مفتوحة وأصابعك مبتعدة عن بعضها الى أقصى ما يمكن ثم ابدئي بضم أصابعك بادئة بضم أصبعين هما الخنصر والبنصر ثم ضمي اليهما بعد ذلك الاصبع الوسطى ثم السبابة ثم الابهام وذلك لجعل الاصابع مرنة .

أريحي الكوع على المائدة مع جعل يدك مرتخية عليها ثم ارفعي يدك ببطء ثم اجعلي الاصابع تنتصب الى أعلى وبعضها ثم ارخيها مرة أخرى وهكذا فتحصلين بذلك على يد مرنة حسنة المنظر .





اليك يا سيدتى ست نصائح تعملين بها ان أردت الحصول على بروفيل سنة ١٩٥٢

١ ـ يجب أن تتوخى البساطة وأن تعنى بشعرك

فرشى شعرك وسرحيه وفق طابعك الخاص وشكل وجهك .. ضعى الروج على شفتيك ولا تضعى شيئا على خديك . البسى فى أذنيك حلقا وارتدى القبعة مع حسرها الى الوراء قليلا وجانبا .

٢ ـ يجب أن يكون العنق رفيعا وطويلا

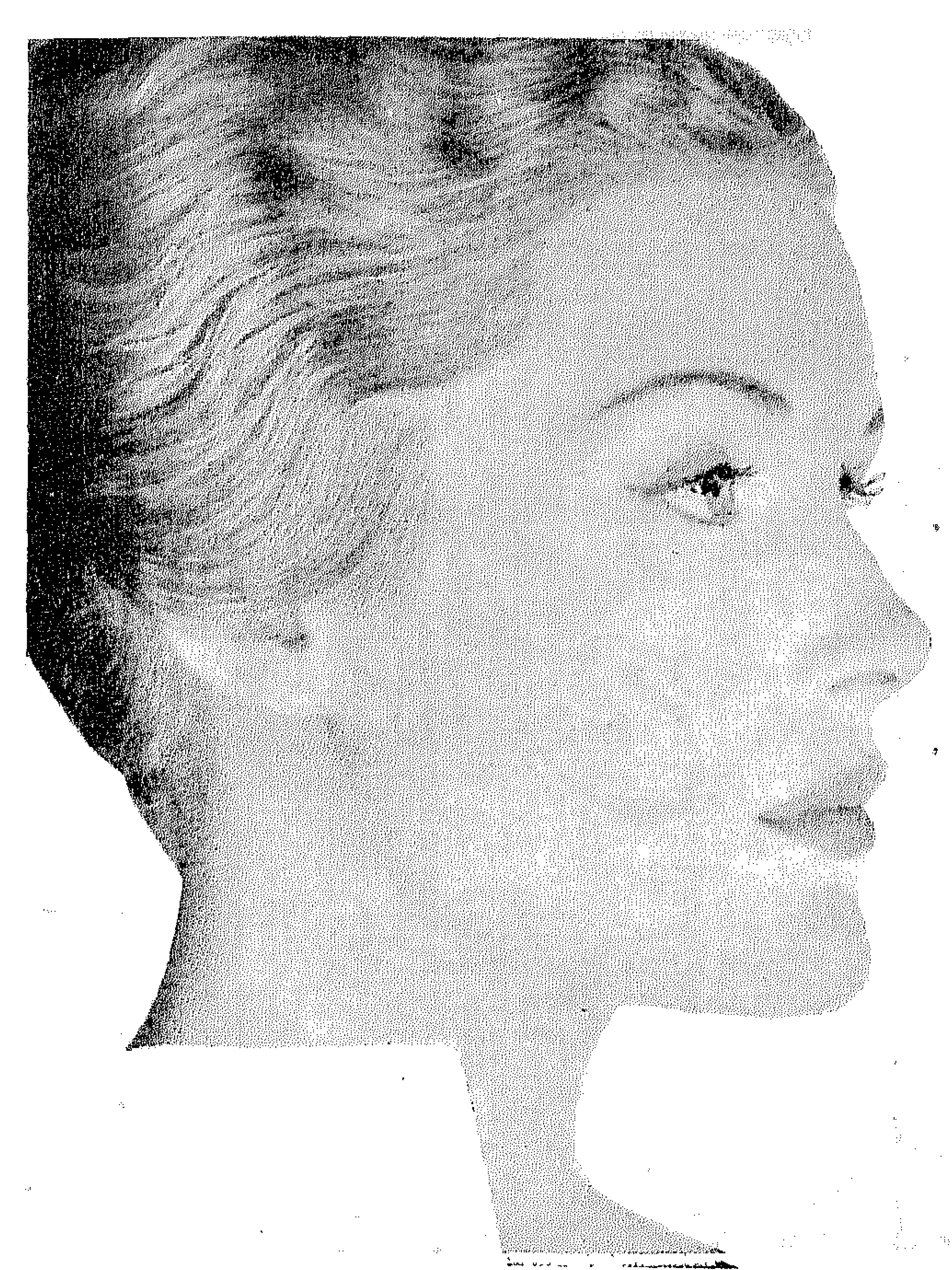
قومى بهذا التمرين البسيط . حركى رأسك حركات دائرية مع اتخاذ العمود الفقرى محورا . اخفضى رأسك وارفعيه الى أن تتكىء الجمجمة على أسفل الرقبة وبذلك تتفادين احديداب الظهر .

٣ ـ يجب أن يكون الظهر مستقيما والصدر عاليا

أحسن تمرين هو السباحة الحرة على الظهر في الصيف، أما فى الشتاء وفي حالة عدم استطاعتك ممارسة هذه الرياضة عليك القيام بهذا التمرين كل صباح : لفى ذراعيك من الخلف الي الامام حول الكتفين وببطء كمن يحاول السباحة .

٤ ـ يجب أن يكون الخصر نحيلا والمعدة مسطحة

قومى بهذا التمرين فى أى وقت تستطيعين خلال اليوم : ا...ستلقى على ظهرك وارفعى قدميك على اللوحة التى تكوين عليها ملابسك بحيث يكون أحد طرفيها مرتكزا على كرسى ارتفاعه ٣٠ أو ٣٥ سم . ادخلى معدتك وعدى واحد .



تنفسى طبيعيا · اثنين · ادخلى معدتك أكثر واخرجيها · ثلاثة · ادخليها أكثر ما تستطيعين الى داخل · حاولى أن تظلى كذلك الى أن تصلى الى عشرة · عودي حينئذ الى وضعك الطبيعى واستأنفى التمرين خمس مرات ·

٥ ـ يجب أن يكون الفخذان والردفان خاليين من الشوائب التى تظهر على البشرة

ان أردت علاجا لذلك عليك بالامتناع بتاتا عن وضع الملح فى طعامك عشرة أيام كل شهر · اشربى أيضا أكوابا مليئة بالماء فى غير أوقات الطعام · تمددى كلما استطعت ذلك · لا ترهقى نفسك · لا تقومى بأى تمرينات رياضية دون استشارة الطبيب · قومى بتدليك نفسك أو اجعلى أحد الاخصائيات تقوم بتدليكك ، اقرصى بشرتك قرصا خفيفا ·

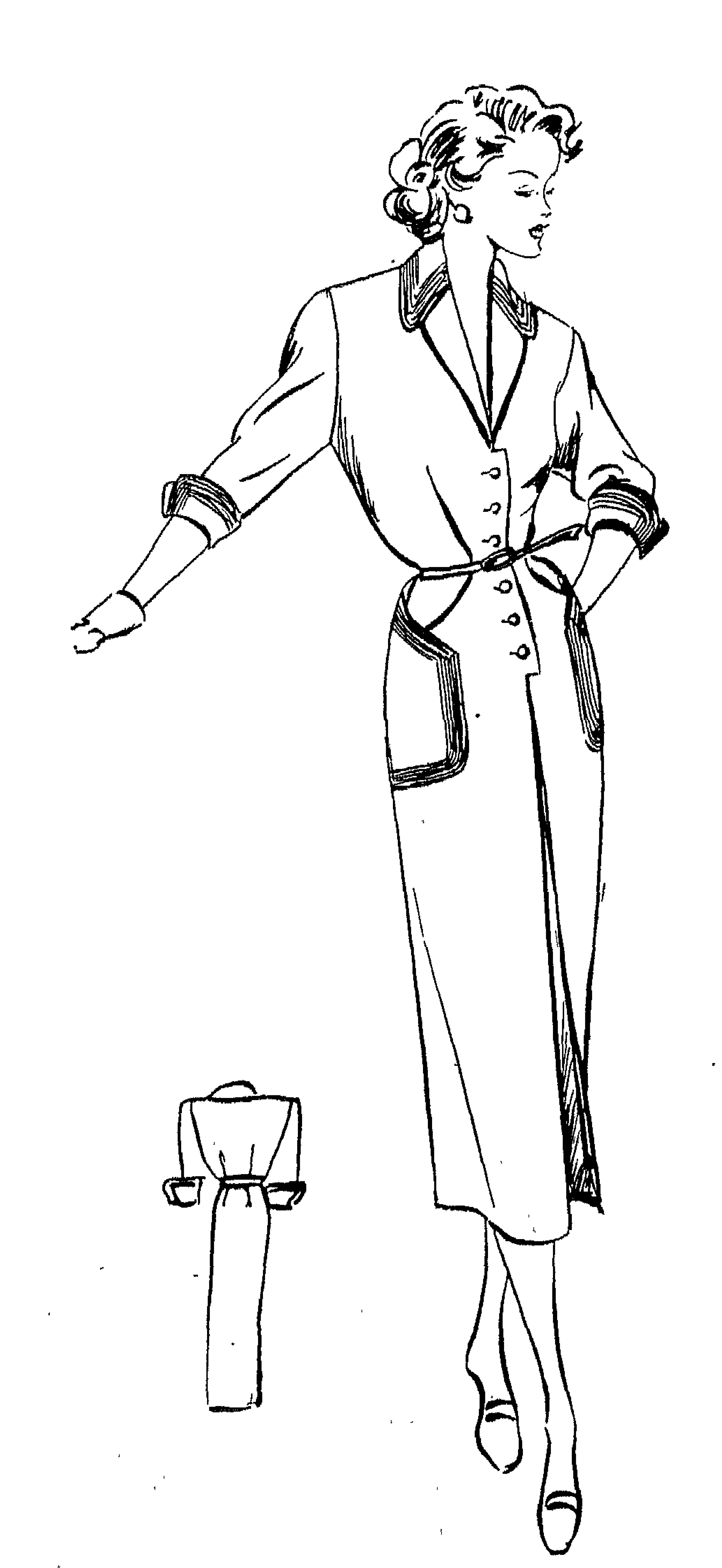
٦ ـ يجب أن تكون ساقك متسقة

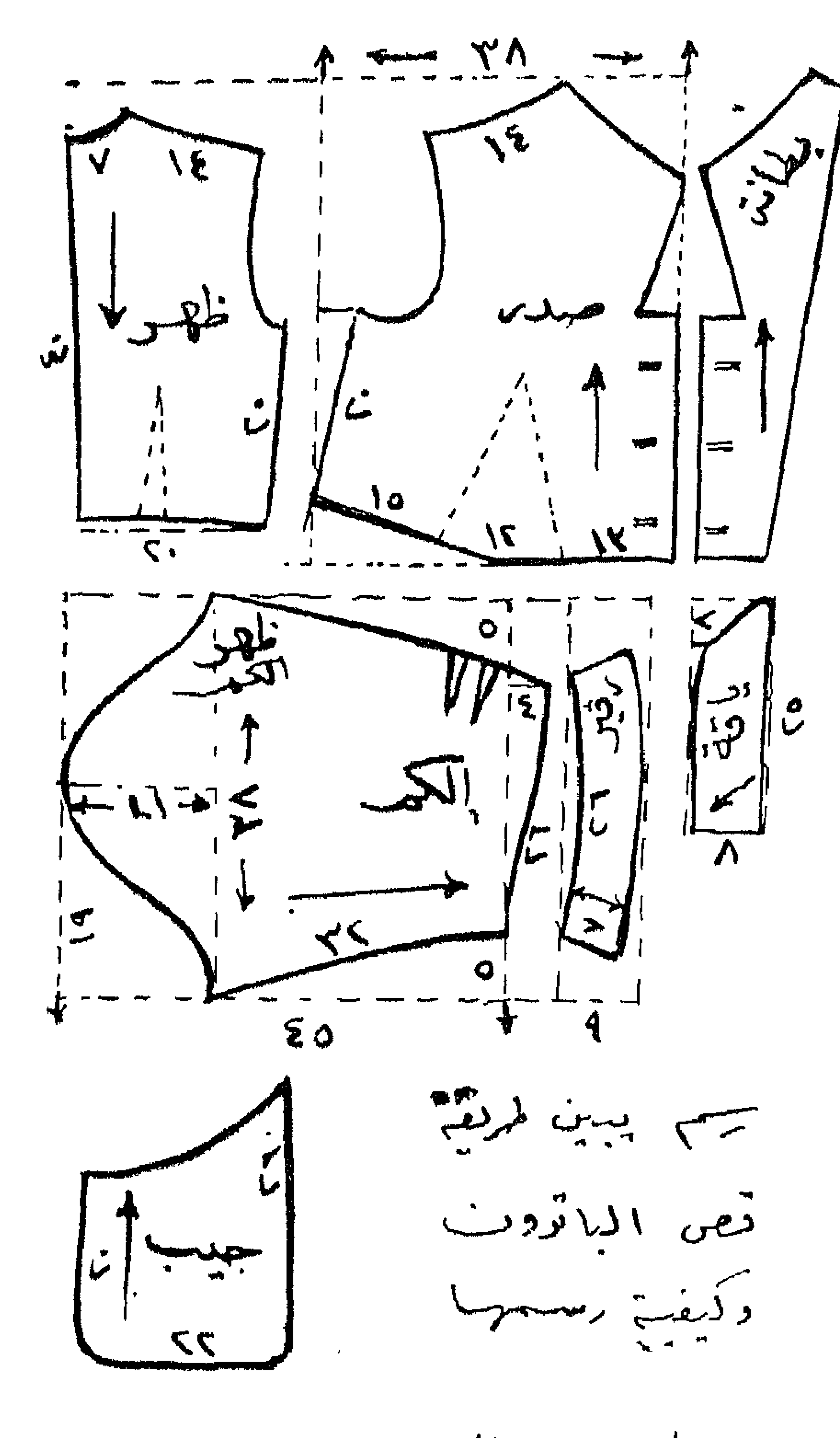
مارسى الالعاب الرياضية الاتية : العدو، القفز، السباحة وان لم تستطيعى ذلك قومى بعمل التمرين الاتى : أديرى قدمك ذات اليمين وذات اليسار ، ثم أديرى ساقك من اليمين الى اليسار على أن تكون الركبة محور الارتكاز · سيرى حول غرفتك عشر مرات وأنت على أطراف قدميك ·



كيف تصنعين هذا الفستان بنفسك ؟

أمامك رسم لفستان جميل للصباح من الصوف الخفيف مكلف بخياطات دقيقة على الماكينة • يمكنك صنع هذا الفستان بنفسك اذا اتبعت التعليمات التالية :





باترون الكورساج

١ ــ ابتدئى برسم قطع الباترون على الورق بحيث تكون مكبرة بنفس النسبة الموضحة على كل قطعة مستعينة بالسنتيمتر والمسطرة وبذلك تحصلين على باترون للفستان مقاس ٤٤ (مقاس متوسط) •

٢ ــ قصى قطع الباترون كلها وركبيها مع بعضها حتى تتأكدى انها متطابقة من حيث الطول والوسع •

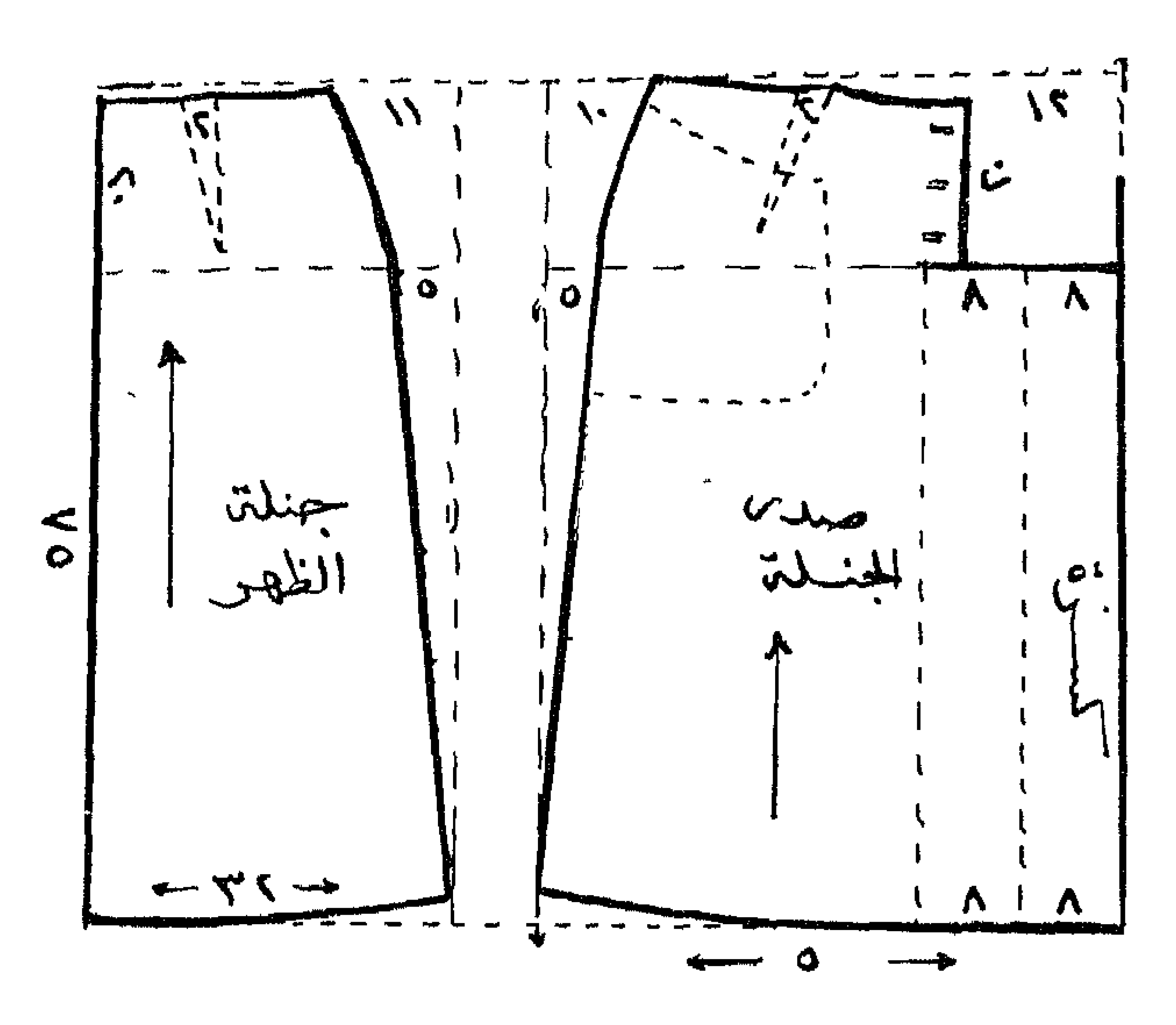
٣ ــ شبكى قطع الباترون بالدبابيس على القماش مع مراعاة دغرى القماش الذى يكون موازيا للسهم المرسوم على كل قطعة من الباترون • ان مترين ونصف متر من الصوف الذى عرضه ١٤٠ سم تكفى لهذا الفستان •

٤ ــ قصى داير الباترون مع ترك ٣ سم حول كل قطعة للخياطة •

٥ ــ سرجى كل الفستان واعملى بروفه أولى قبل الخياطة •

٦ ــ ابتدئى بخياطة الجناب والكتاف ثم بطنى القلاب • حضرى الياقة والكمام والجيوب قبل تركيبها •

٧ ــ نوصيك باستعمال المكواه وخرقة رطبة دائما لتركيز الخياطات وان يكون الكى على ظهر القماش حتى لا يلمع •



باترون الجونيلة

٨ ـ اذا أردت الحصول على هذا الباترون جاهزا توفيرا للوقت يمكنك الحصول عليه نظير تقديم الكوبون ومعه خمسة قروش قيمة التكاليف الى جونو ـ شارع محمد **فريد رقم ١١٦ فوق بامكو القاهرة ت ٤٧١٥٧ وشارع سعد زغلول رقم ٣٦ فوق أركو بالاسكندرية ت ٢٠٧٨٩**

ملاحظة : يجب عليك ياسيدتى أن تتوخى الدقة كل الدقة أثناء قصك لباترون هذا الفستان • انه كما ترين غاية فى السهولة ونعتقد انك ان كنت قد اتبعت الدروس التى نشرناها تباعا فى الاعداد السابقة من المجلة ستنجحين بلا شك فى تفصيل وخياطة هذا الفستان الجميل •

ويهمنا أن ننبهك أيضا الى شىء آخر ألا وهو نظافة الخياطة • لا تقولى ان الخياطة الداخلية لن يراها أحد وانك فى حل من الاعتناء بها ، فالسيدة الانيقة هى التى تبذل عنايتها كاملة غير منقوصة ولا تترك شيئا الا وأتقنته •



كوبون

نظير هذا يمكنك الحصول على باترون لهذا الفستان من جونو



ايشارب سميكة مربوطة حول الرقبة على روب دى شامبر من الصوف
الاحمر . ابتكار جاك جريف



شال أنيق لبيير بالمان



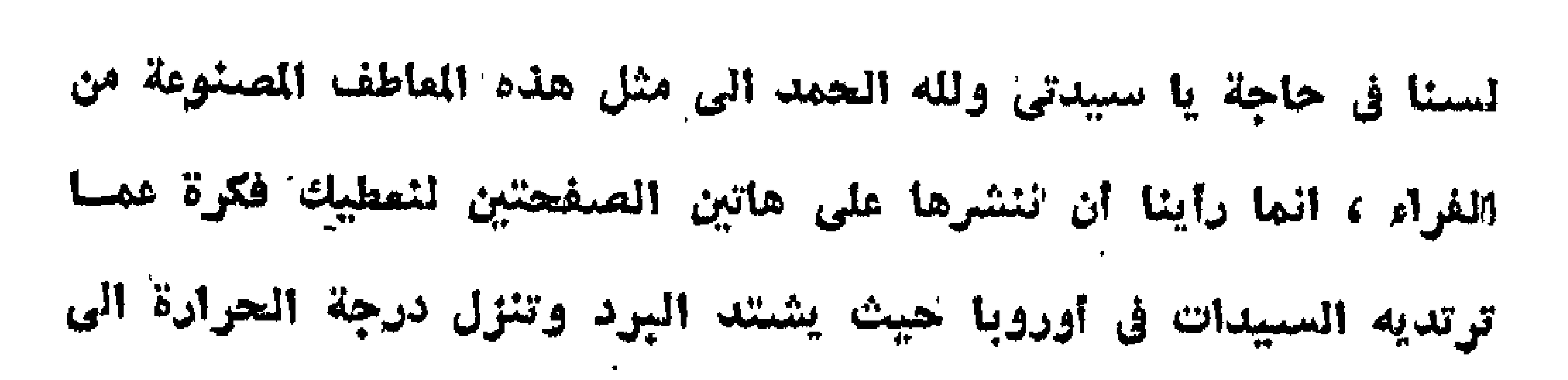
بوليرو من الصوف المضفر





روب دى شامبر من الصوف الفاتح بياقة مبتكرة .





لسنا فى حاجة يا سيدتى ولله الحمد الى مثل هذه المعاطف المصنوعة من الفراء ، انما رأينا أن ننشرها على هاتين الصفحتين لنعطيك فكرة عما ترتديه السيدات فى أوروبا حيث يشتد البرد وتنزل درجة الحرارة الى



ما تحت الصفر فتحتاج السيدات هناك الى أن يتدثرن بمثل هذه المعاطف انها جميلة ولا شك ولكنها مرتفعة الثمن لندرة الفراء الذى يدخـل فى تفصيلها . وعلى أى حال فان جمال جو مصر يوفر علينا نحن مثل هذه المعاطـــف

ارتدى تحت الفرو الفاتح



تقدم مادلين دى روش بوليرو درابيه
من الصوف البنى على سويتر اسود

يقدم جان باتو ، كول ايشارب على فستان
من القطيفة الكراميل

شارل مونتنى يقدم فستانا من الاوتومان
المقفول بازرار صغيرة

تقدم آمى لنكر ، هـــذه الكرافات
المعقودة حول العنق على هذا الثوب
المصنوع من الصوف الرمادى

لكى يبدو الخصر عاليا ادخل برويير
التريكو على الجرسيه

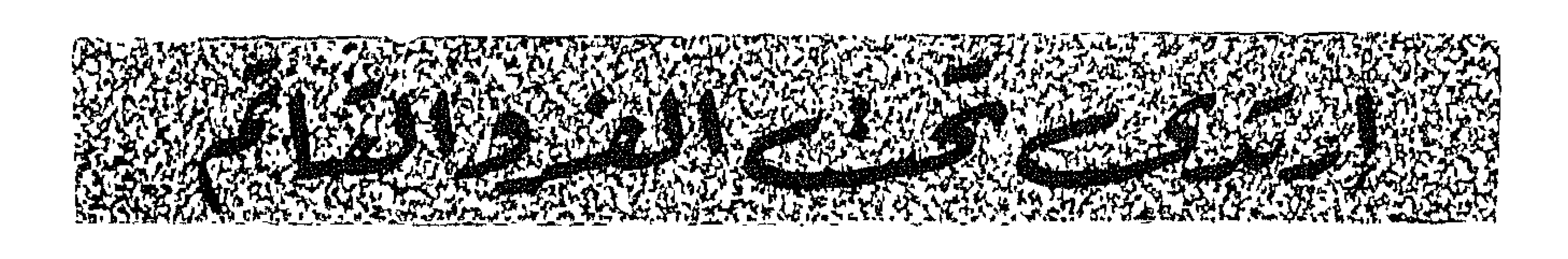
فستان من البوبلين الاسود محلى
بكول جلاسيه ابيض . تصميم رفائيل

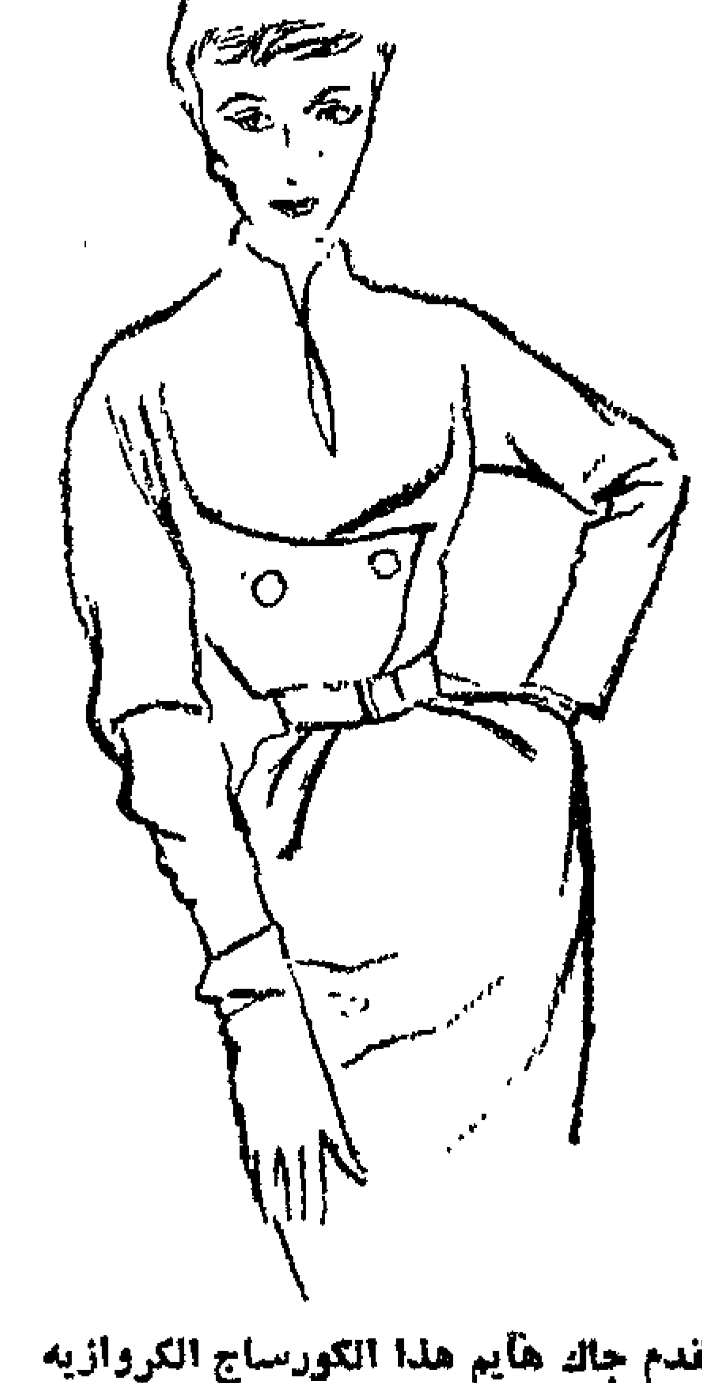
كورساج درابيه على هذا الثوب المصنوع
من الصوف . تصميم فيرا بوريا

ثوب من الجرسيه الرمادى ابتكار
بالمان ، الجونيلة درابيه

فستان من الجرسيه الاخضر بقصات
مبتكرة ، صنع كارفن

كورساج جميل بكشكشة خفيفة على
الصدر مصنوع من القماش الرمادى





يقدم جاك هايم هذا الكورساج الكروازيه تحت الصدر المصنوع من الصوف الاسود



ديكولتيه مفتوح على الكتفين . الثوب من اللاميه الاسود ابتكار ماجى روف

جونيلة مبتكرة من صنع مادلين فرامون الخائطة الباريسية المعروفة



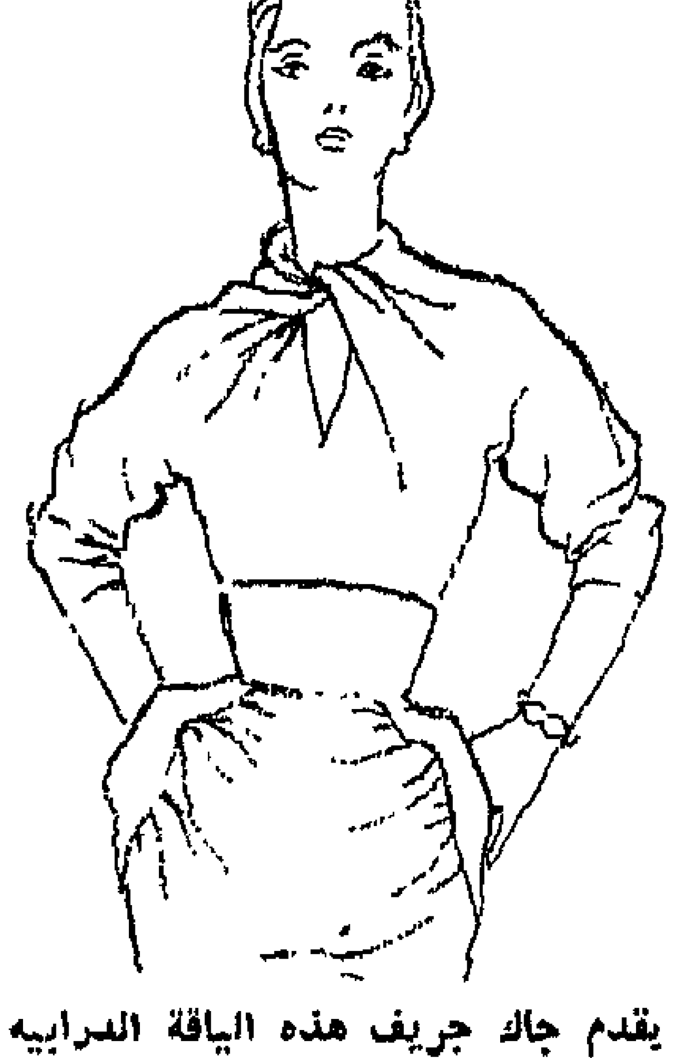
جونيلة ضيقة من اعلى ومتسعة من اسفل صنعها مانجان من التافتاه الاسود



فستان من الصوف الاسود بليسيه من اعلاه الى اسفله ابتكار لانفان كاستيلو



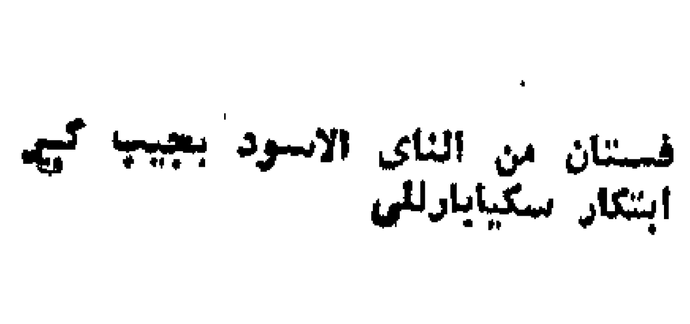
كول مقلوب بطرف مدبب من ابتكار جان لافورى وهو من الجرسيه الاسود



يقدم جاك جريف هذه الياقة الدرابيه والحزام الكورسليه على فستان من الجرسيه الاسود



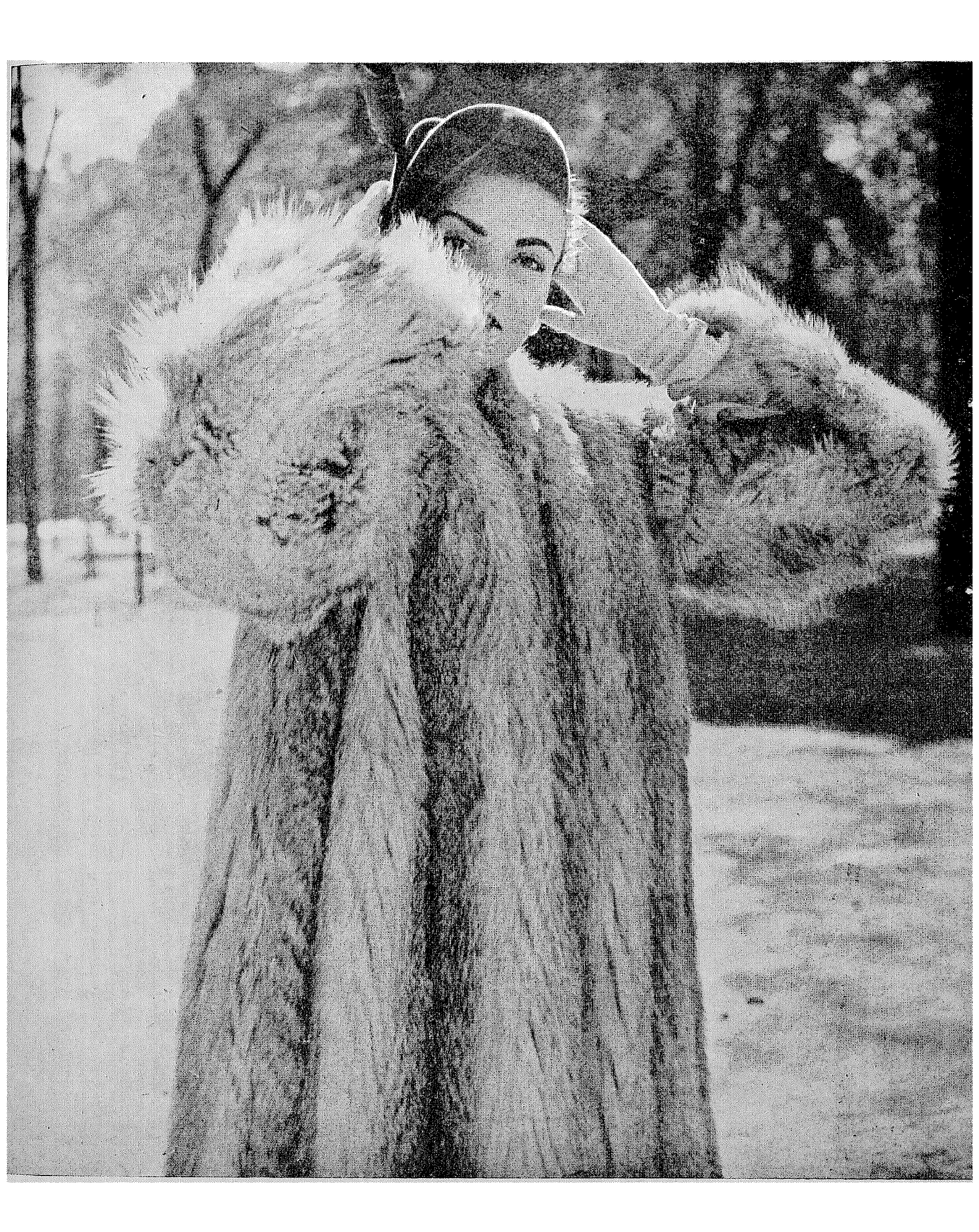
بليسيه بيكيه الى الارداف تقدمه جاكلين برير على هذا الفستان المصنوع من الصوف الخفيف



فستان من التاى الاسود بجيب كبير ابتكار سكياباريللى



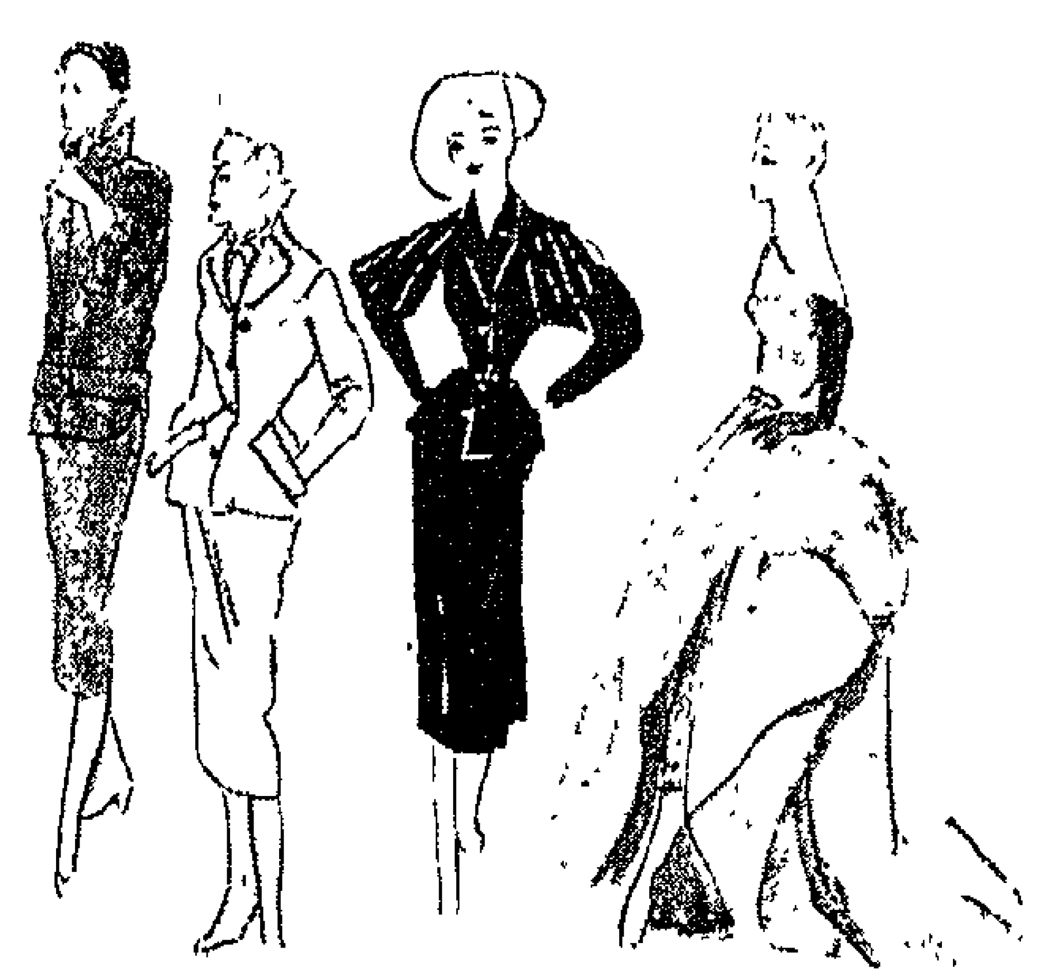
فستان من الجوخ الاسود مقفول بدوائر غير كاملة صنع لوكونت




شانيل
N° 5
CHANEL
PARIS
CHANEL

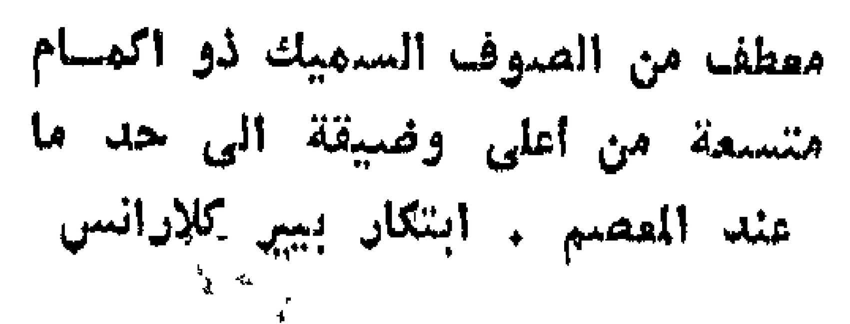


فستان للسهرة بكورساج من القطيفة وجونيلة من القطيفة المبطنة بالفاى . ابتكار محلات بيير بالمان









معطف من الصوف السميك ذو اكمام متسعة من اعلى وضيقة الى حد ما عند المعصم . ابتكار بيير كلارانس



حسين صدقى



فى أروع انتاجه واخراجه الوطنى للشاشة المصرية

يسقط الاستعمار

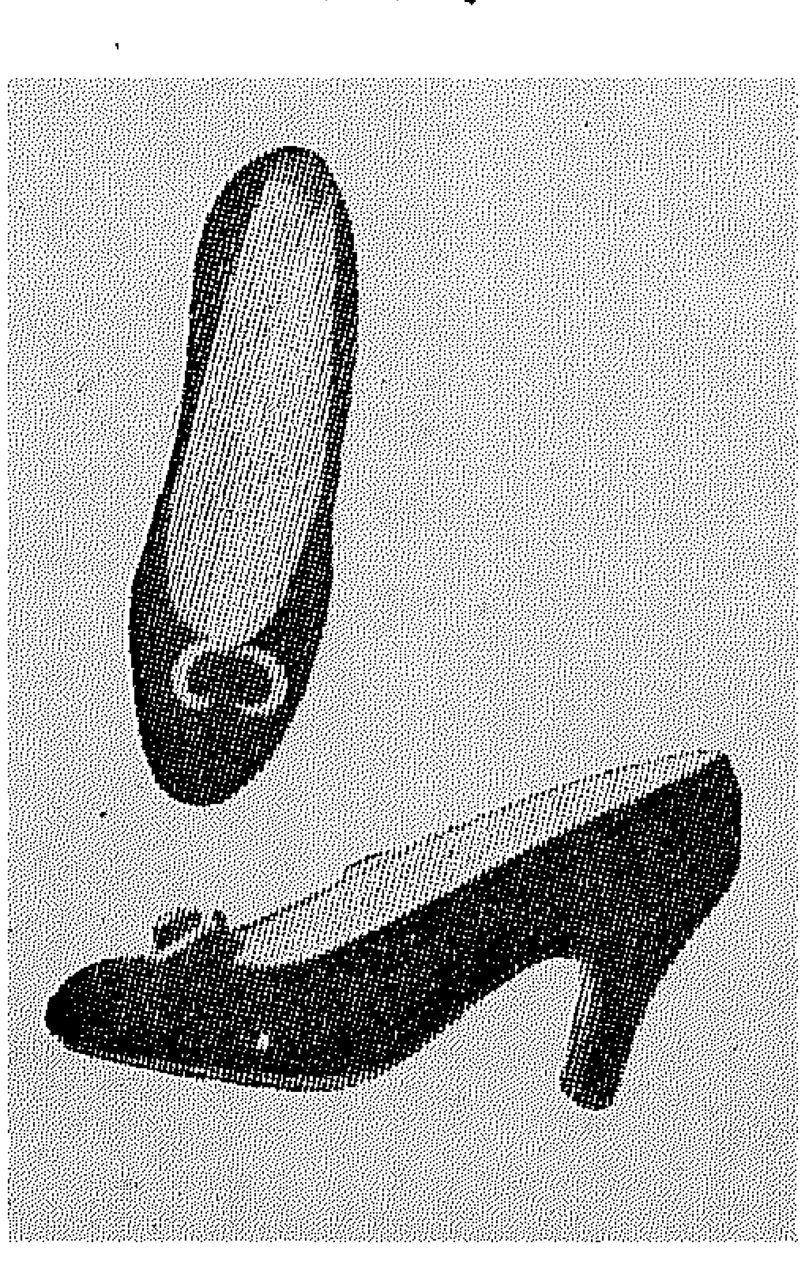
رسالة الحرية من السماء الى ملايين المستضعفين فى الأرض

معطف من الصوف تصميم لافورى

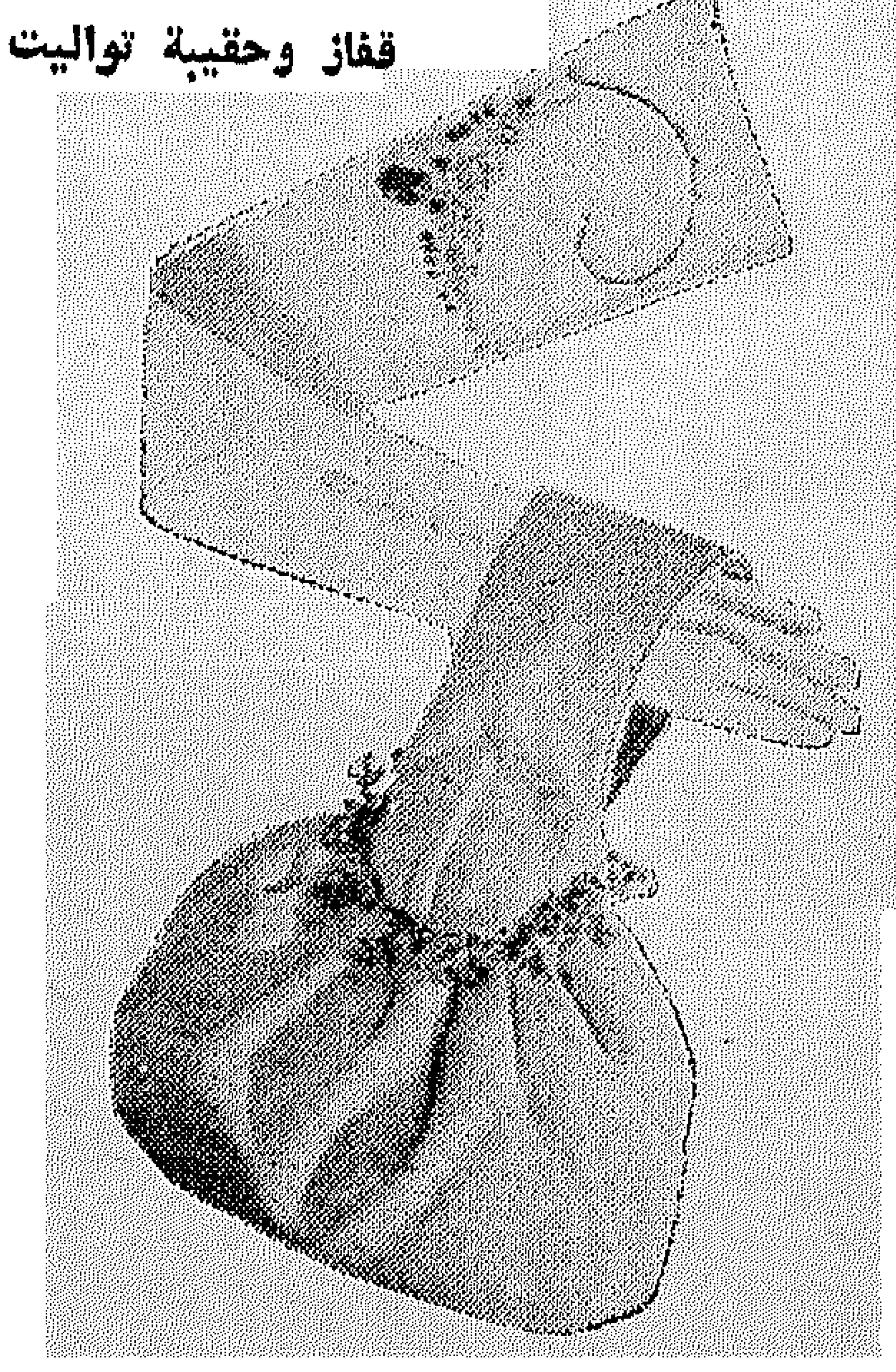
معطف من الصوف يقدمه كارفن

معطف ترواكار من وضع برويد

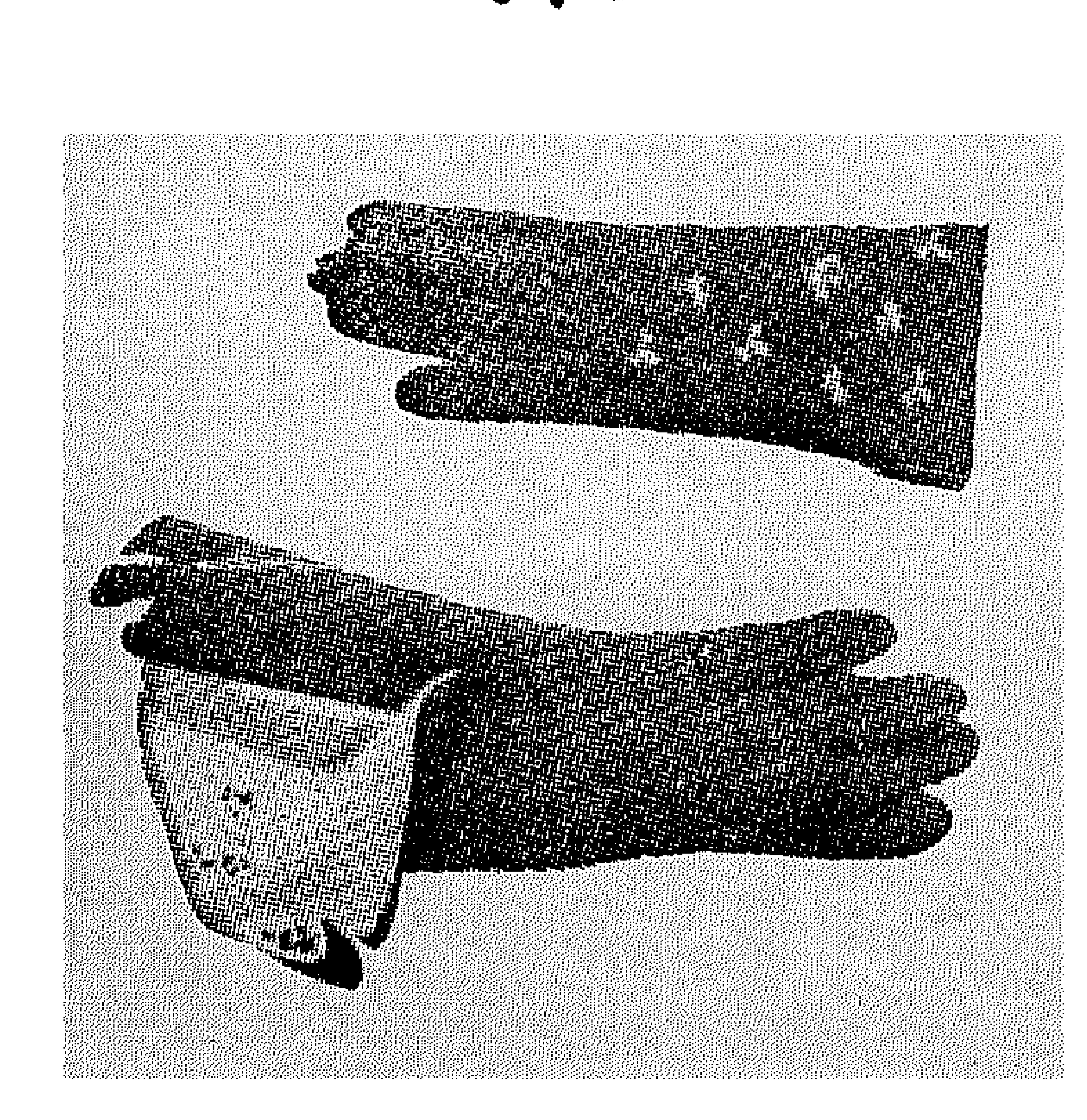
المعطف الذى يتحدثون عنه



حذاء بحلية بسيطة



قفاز وحقيبة تواليت



قفاز مبتكر

ان أزياء هذا الموسم لا تختلف اختلافا كبيرا عن تلك التى ابتكرها صانعو الازياء بباريس فى السنة الماضية . وهكذا تستطيعين يا سيدتى بقليل من حسن التصرف ان تجرى بعض الاصلاحات فى الثوب أو الاثواب التى فصلتها فى العام الماضى وقد نشرنا لك على هاتين الصفحتين ثلاثة أثواب فاختارى منها ما يقرب من الثوب الذى تزمعين اصلاحه .




ثوب تواليت غاية فى البساطة والاناقة يمتاز بخصر ضيق وأكمام قصيرة وصدر مفتوح بالعرض

لأزياء هذا الشتاء
ارتدى اللون

الأسود



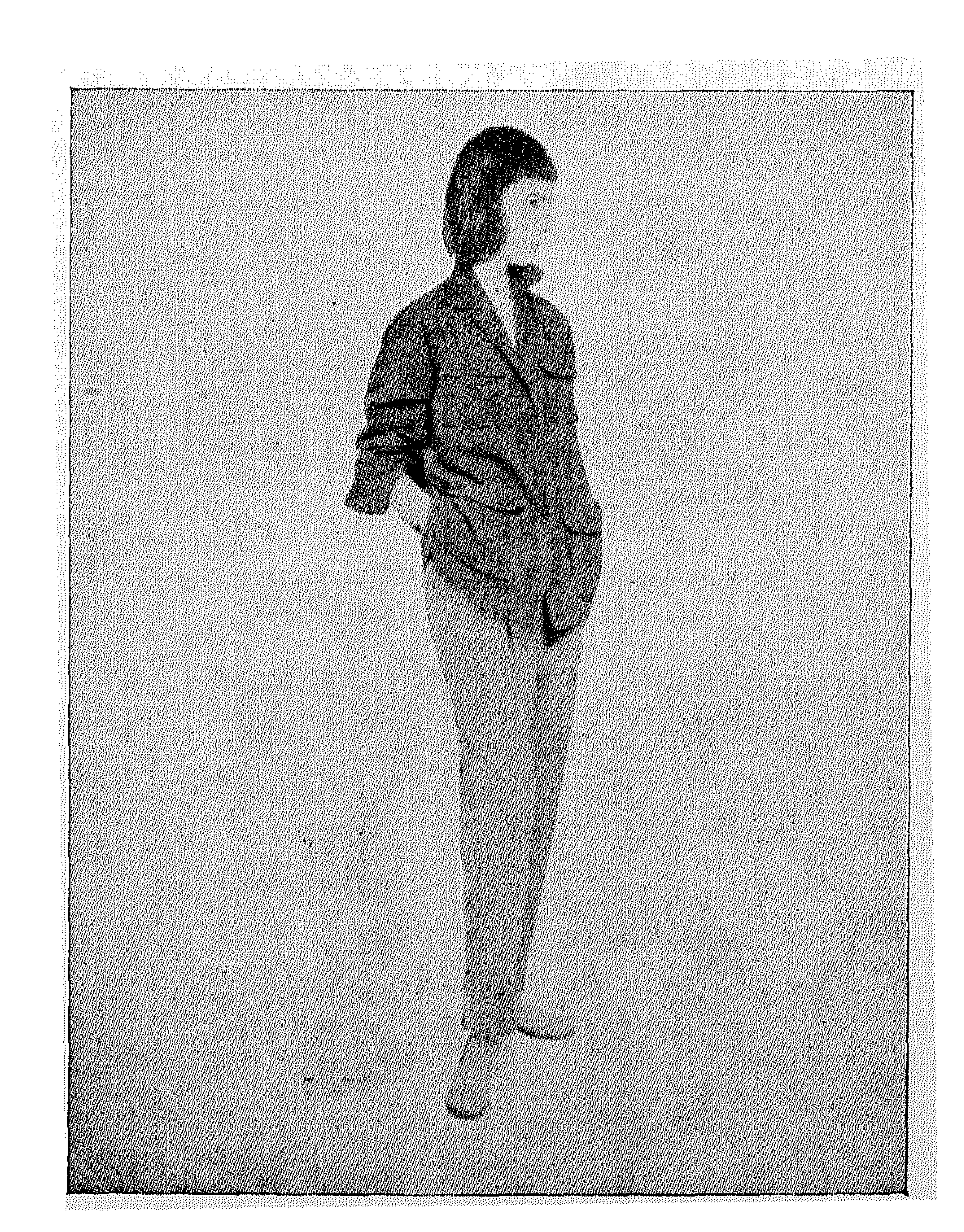
تايير انيق على هيئة كاب من الذى يرتديه بوليس المرور . ان الجاكيت ذات اكمام ضيقة وظهر عريض . أما الجونيلة فهى تمتاز بضيق وقد صنع هـذا التايير من الصوف الاخضر الغامق

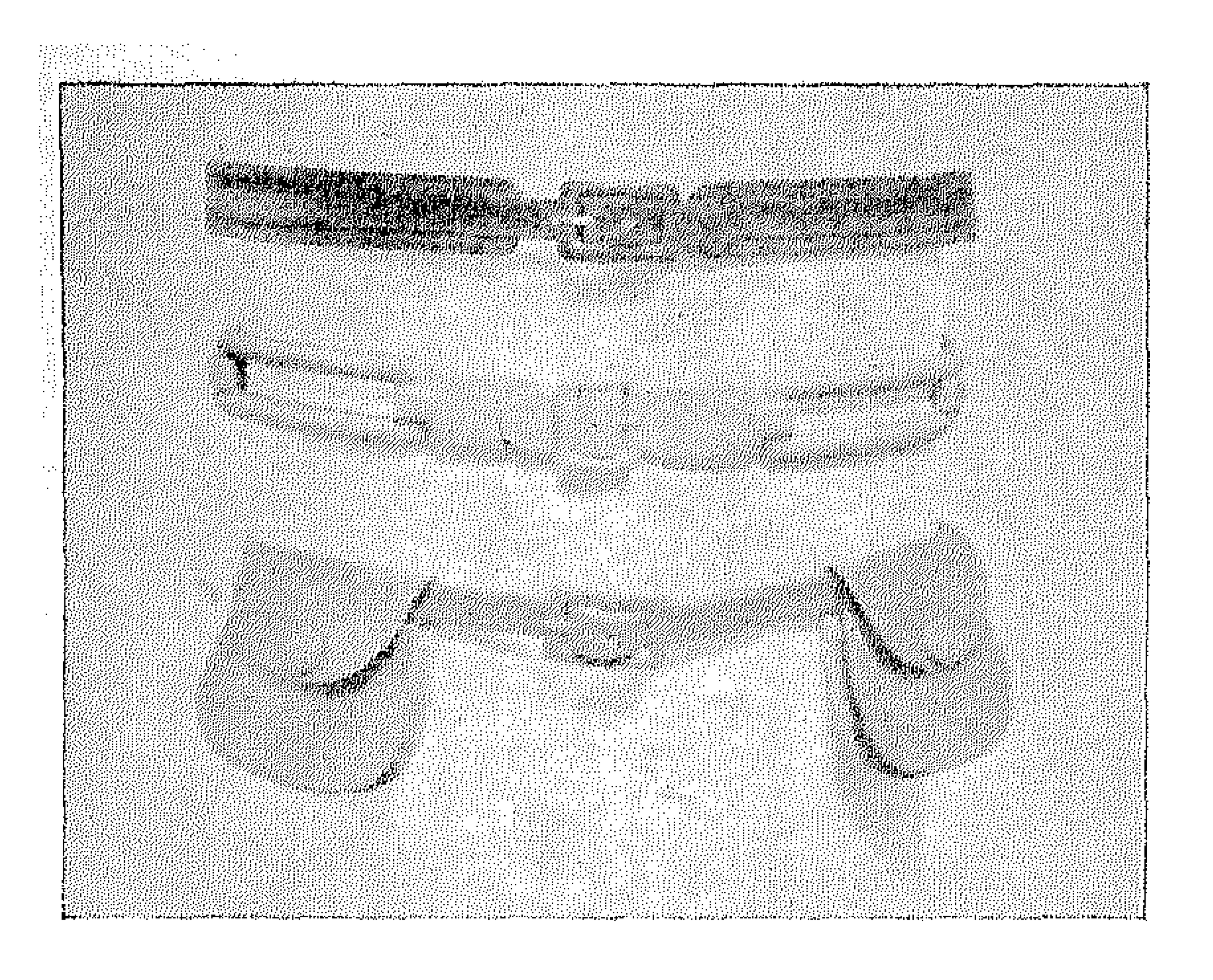


تاير من الصوف السميك البيج
الجاكيت واسعة بدون خصر ، الياقة
بقلابتين عريضتين كذلك الجيبان
الجانبيان . الجونيلة بسيطة ضيقة .

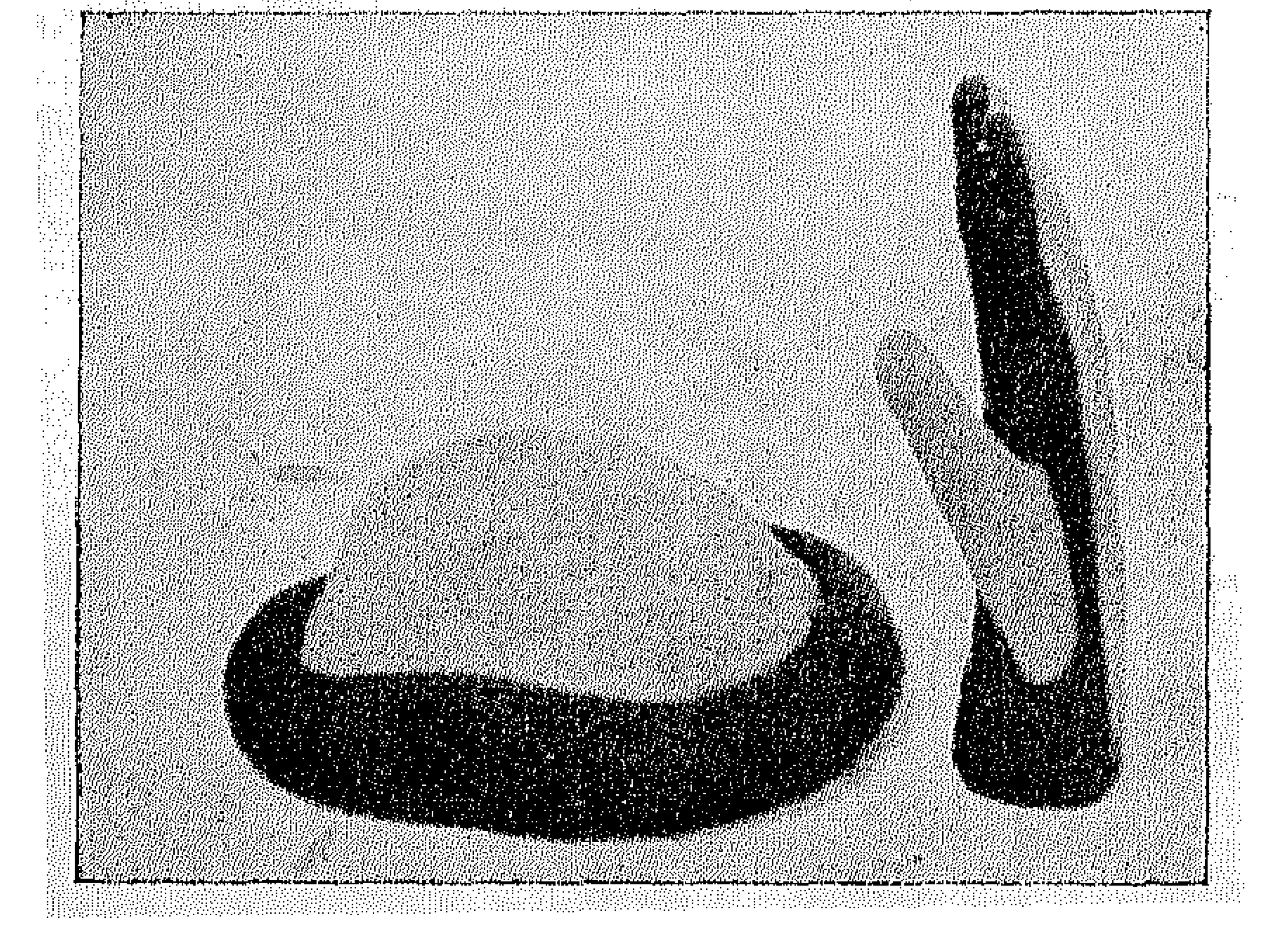


لقد اخترنا لك يا سيدتى على هذه الصفحة بعض الملابس البسيطة السهلة . واخترنا لابنتك ان كانت من اللواتى يملن الى الرياضة هذه الجاكيت الاسبور التى لا تعيق الجسم عن تادية حركاته الرياضية المفيدة له كل الفائدة



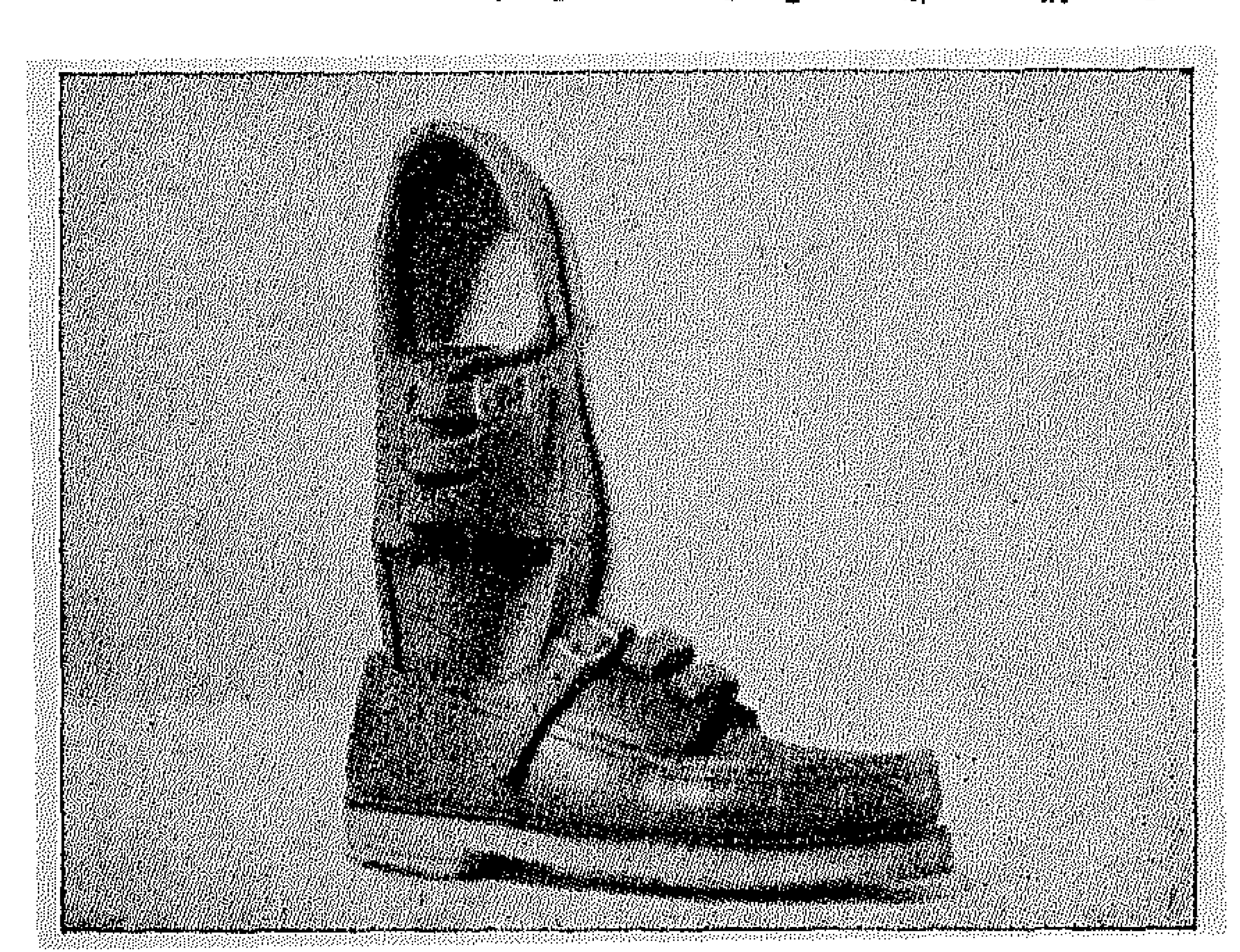


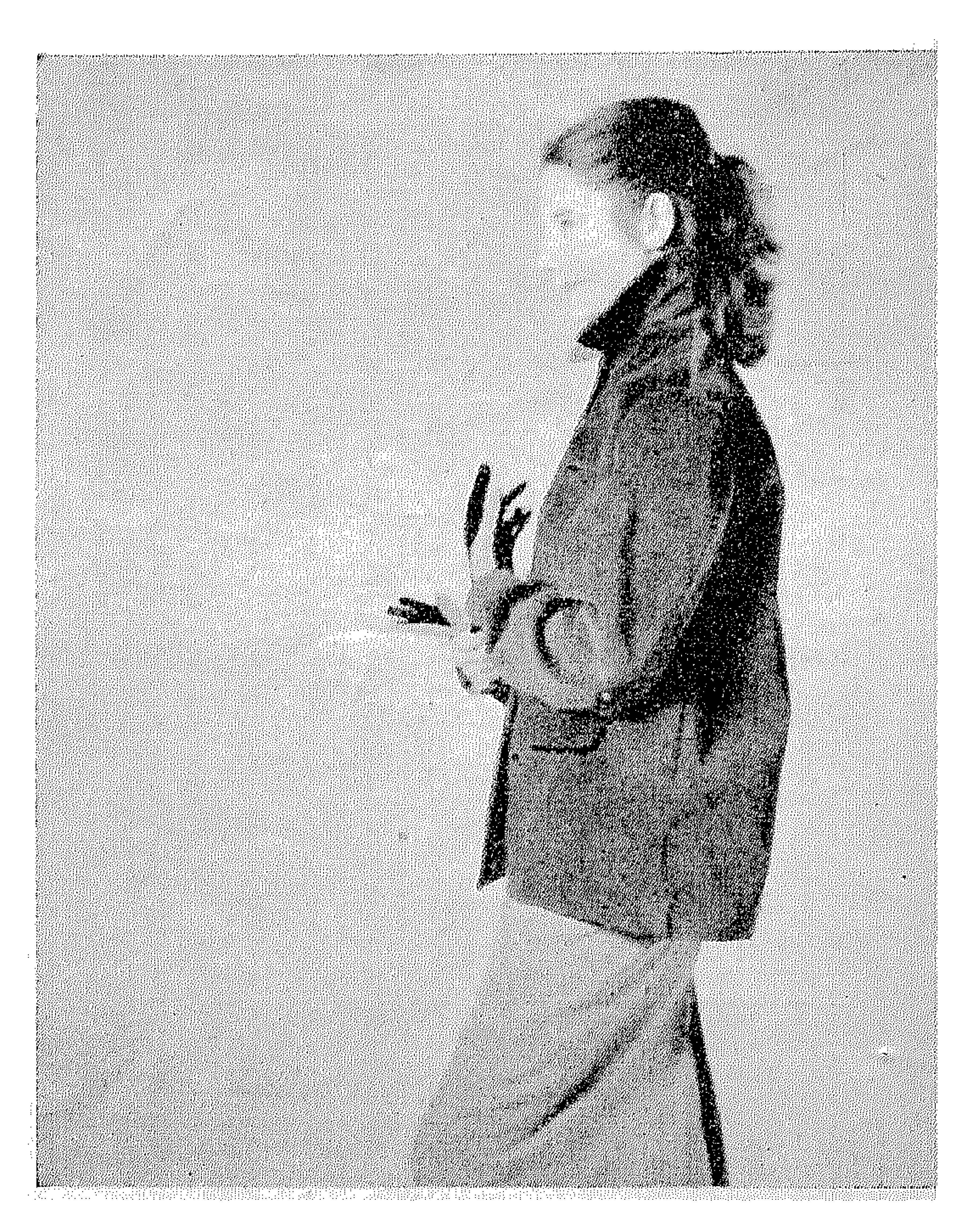
ثلاثة أحزمة من الجلد وهى تلبس على فساتين الصباح أو بعد الظهر لتزيد الخصر ضيقا

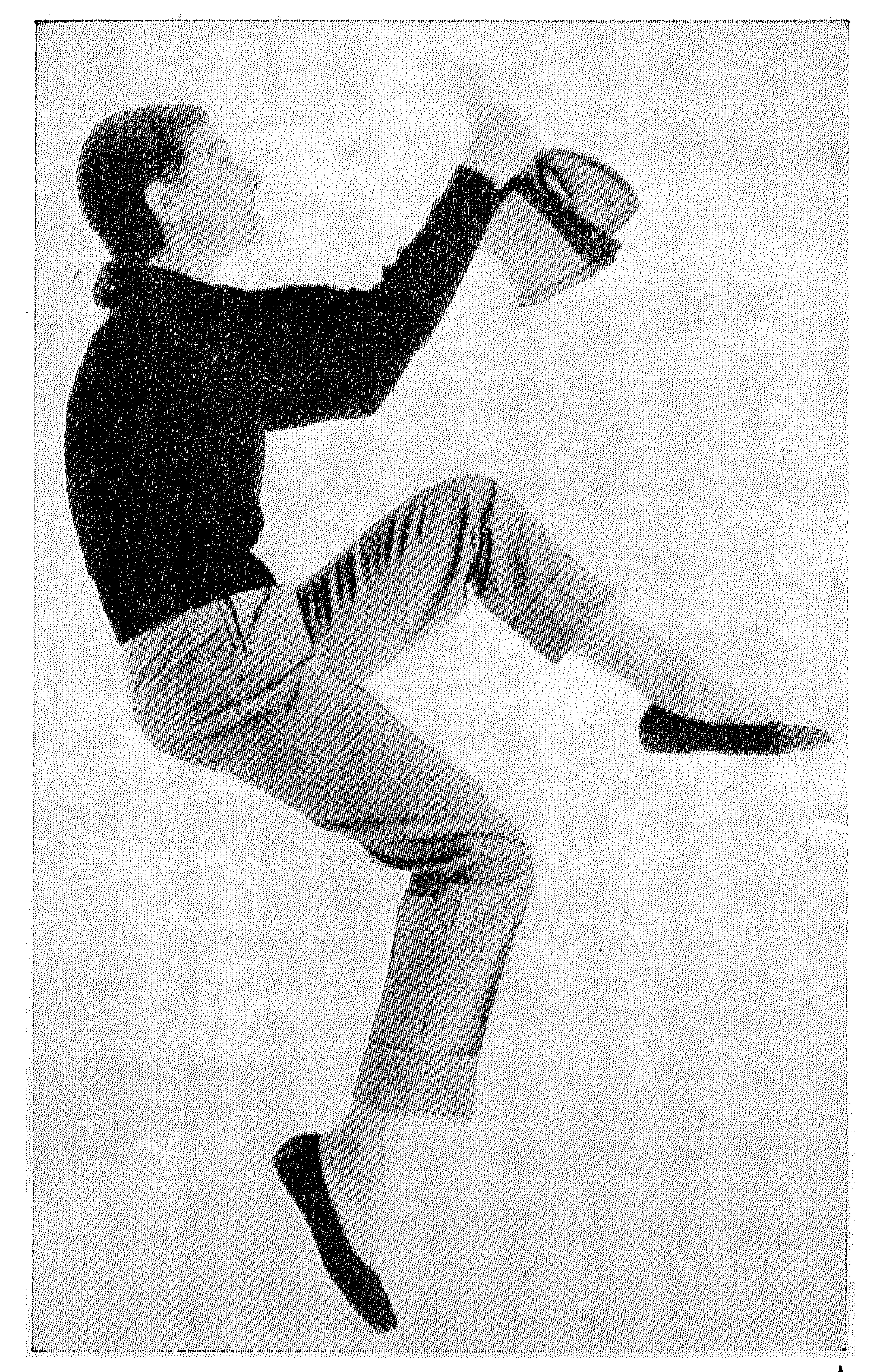


قبعة مبتكرة من الصوف من اللون البيج واللون البنى . وقد صنع القفاز من نفس القماش

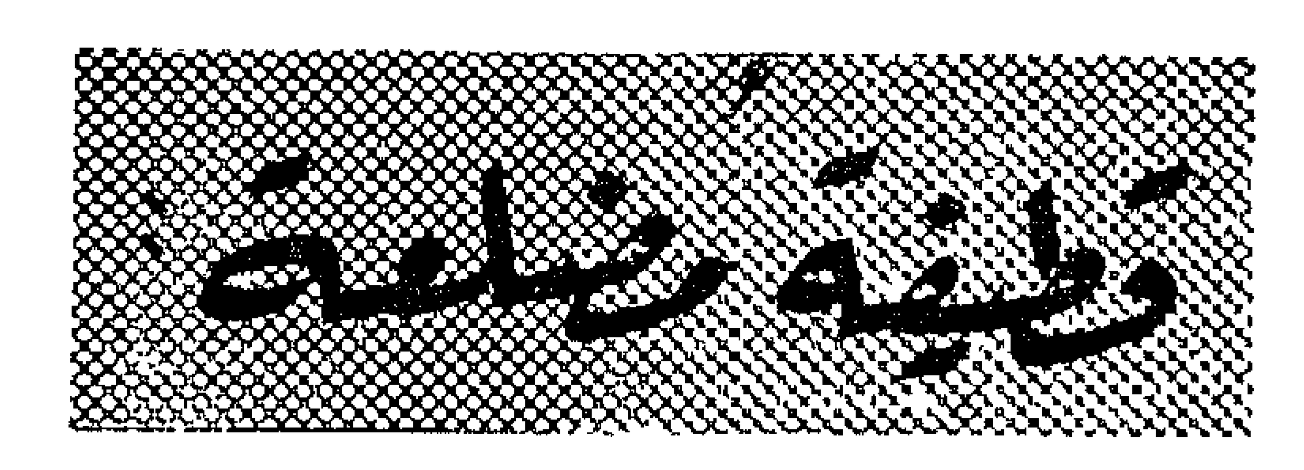
هل تحبين السير والتريض . فصلى اذن مثل هذا الحذاء ..





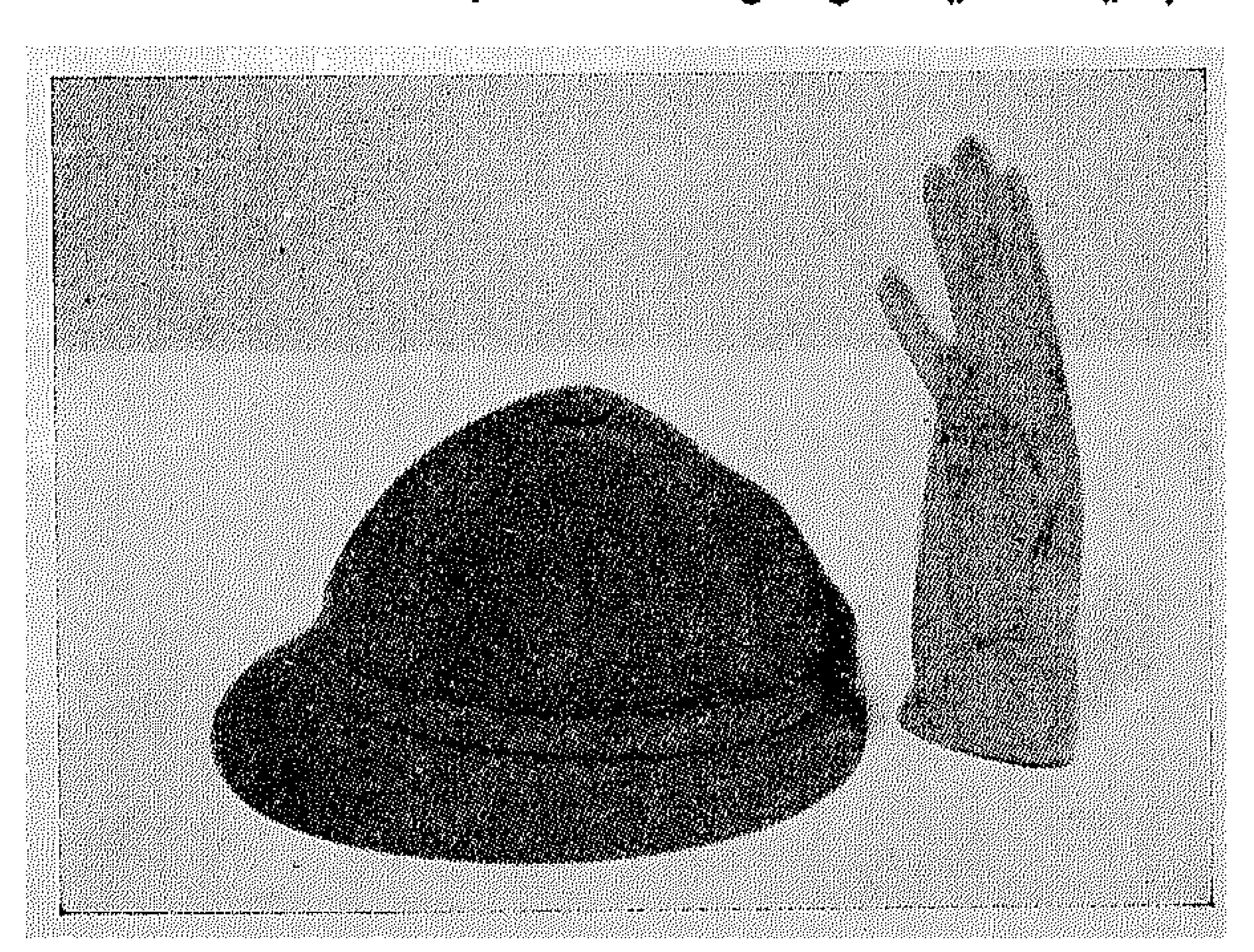


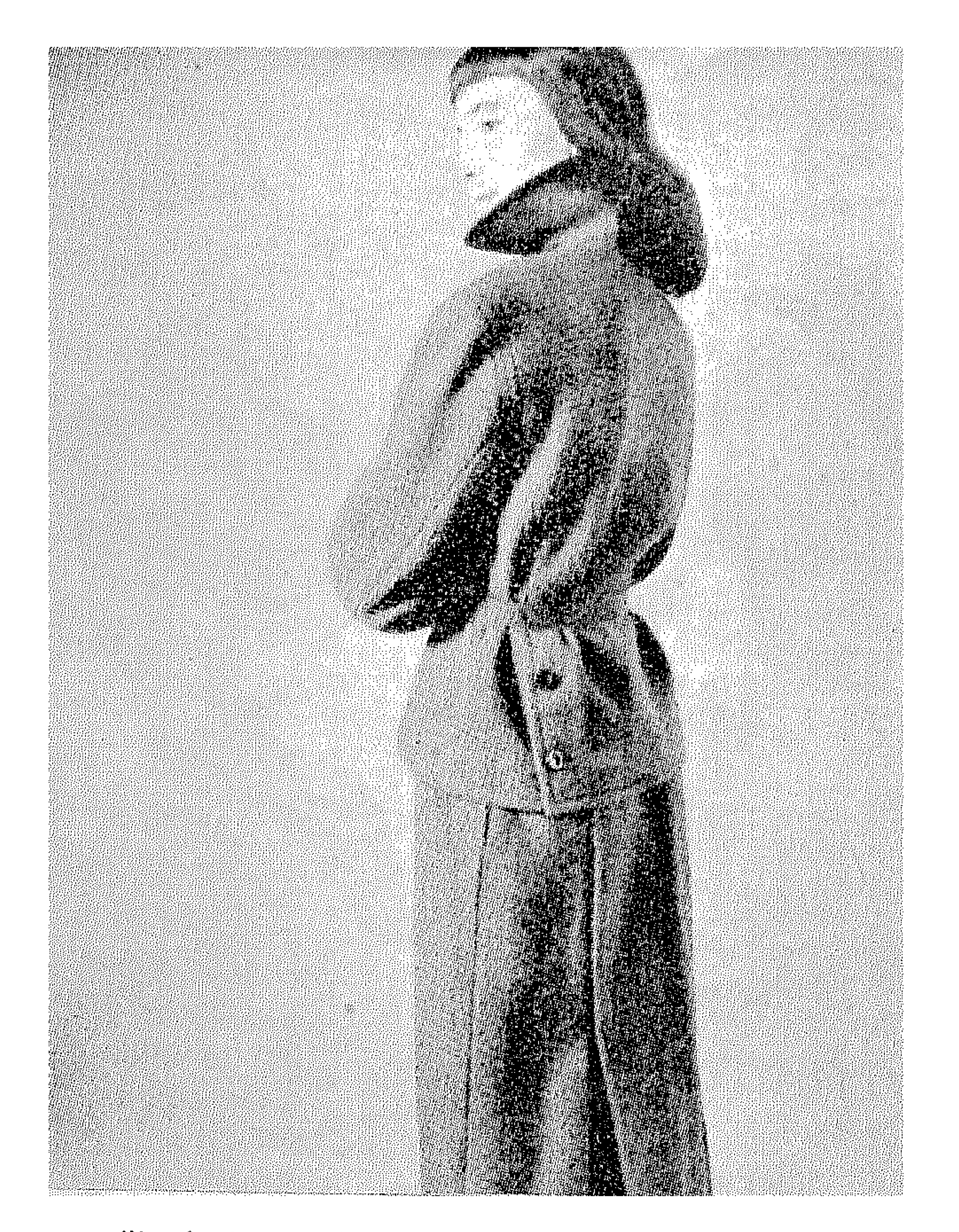
هل تنشدين الدفء فى منزلك ؟ ارتدى اذن هذا البنطلون ذا المربعات الصغيرة وهذه الشميزيت المصنوعة من القطيفة



جاكيت عريض ومتسع من القطيفة المضلعة الفاتحة يلبس على جونيلة بسيطة للفتيات من سن الخامسة عشرة

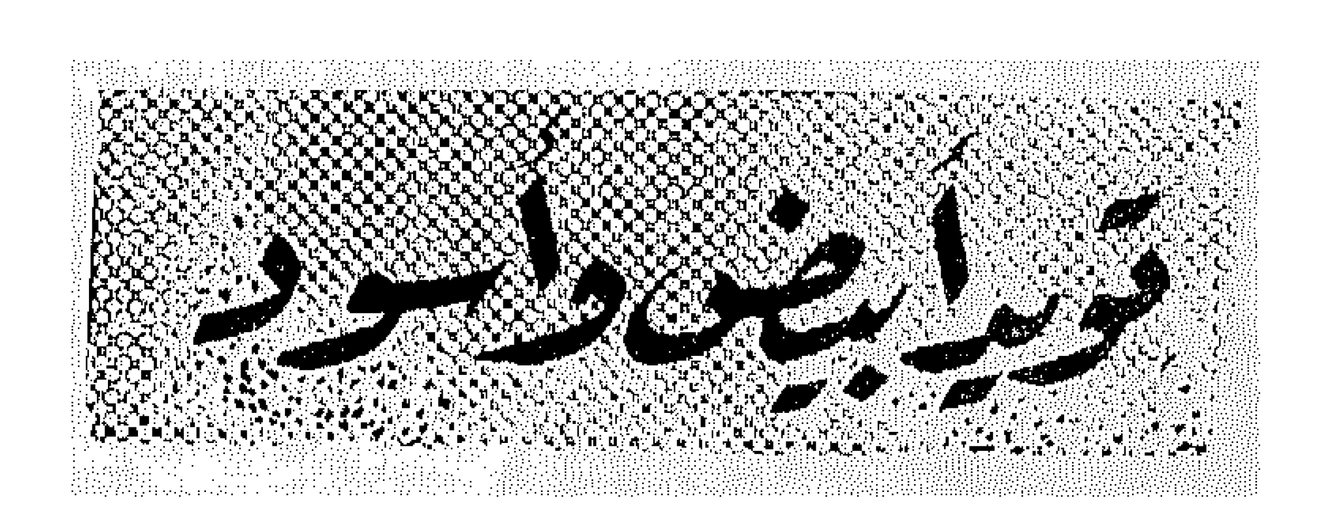


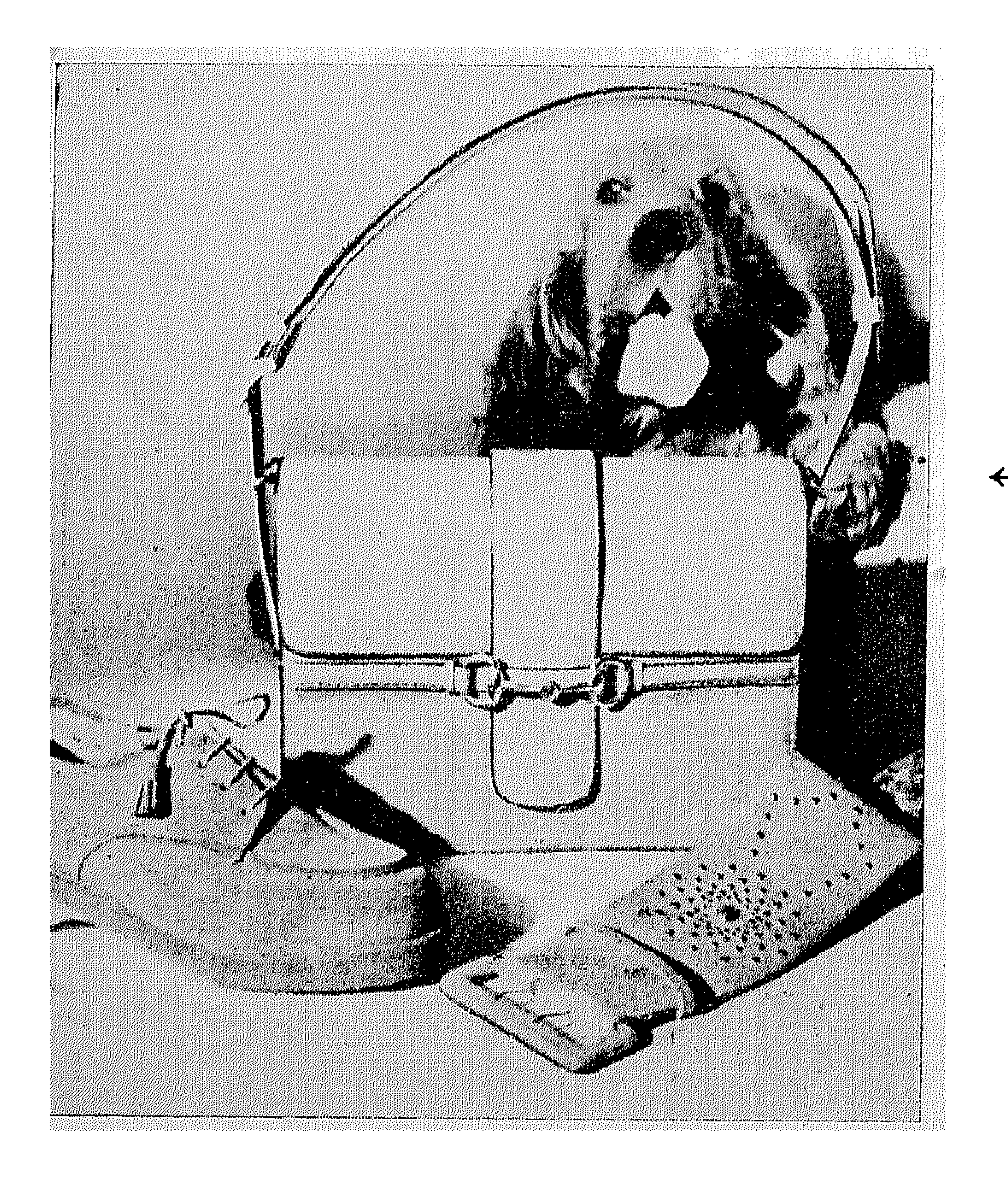






ليس هناك يا سيدتى أبسط من هذين التايورين ولا أجمل منهما . انهما لا يتطلبان منك الا أن تختارى نوعا من الصوف السميك ذى اللون الفاتح وتقومين بتفصيل واحد منهما ان كنت من اللواتى يجدن قـــص التايورات والا فاننا ننصحك بأن تكلفى أحد الترزية بعمله على أن يحرص حرصا شديدا أثناء تفصيله الجاكيت فانه فى حاجة الى عناية كبيرة ودقة والا جاء على غير ما تحبين أو تشتهين .





حقيبة يد وحذاء وحزام من جلد البوكس كاف . وترتدى هذه الاشياء على فستان سبور أو تايير . ويلاحظ أن الحذاء بدون كعب . أما النعل فقد صنع من جلد السمك السميك . وقد حلى الحزام بدوائر نحاسية صغيرة ذات رسوم مبتكرة .

قبعة تشبه تلك التى يلبسها الفرسان وهى من القطيفة المضلعة



بنت النيل

في شئون منزلك

تنظيف الاراضى المصنوعة من الخشب الباركيه أو الخشب المدهون

س ـ أصرف مبالغ كبيرة فى شراء ورنيش تلميع أراضى حجر منزلى المصنوعة من الباركيه ، فهل من الممكن عمل الورنيش بالمنزل بمصاريف قليلة ؟

ج ـ ورنيش تلميع أخشاب الاراضى الباركيه أو المدهونة يمكنك عمله بسهولة جدا فى المنزل وبمصاريف قليلة جدا ، واليك مقاديره وطريقة عمله

ربع أقة شمع اسكندرانى أحمر (يشترى من محال البوية) .

٣ كوب زيت تربنتينا (يشترى من محال البوية)

الطريقة : ابشرى الشمع وضعيه فى كزرولة وأضيفى اليه زيت التربنتينا ثم ضعى هذه الكزرولة فى كزرولة أكبر منها بها ماء دافىء وارفعيها على نار هادئة جدا حتى يذوب الشمع تماما ثم يبعد عن النار المرتفعة لان زيت التربنتينا قابل للاشتعال . ثم ضعى الورنيش وهو سائل فى علبة واتركيه حتى يبرد ويجمد تماما ثم يغطى ويستعمل ، وقبل تلميع الارض بهذا الورنيش يجب أن تكنس بفرجون شعر ناعم وتلمع بقطعة صوف كبيرة ناعمة لازالة أى أثر للاتربة العالقة بسطح الارض ، ثم تدهن الارض بالورنيش السابق دهنا خفيفا وتلمع بقطعة من الصوف بالدعك الجيد ..

تنظيف الفضيات

س ـ أرجو ارشادى عن طريقة تنظيف الملاعق والشوك الفضية وكيفية المحافظة عليها ؟

ج ـ نظفيها جيدا بالماء الدافىء والصابون ولوفة ناعمة ثم اشطفيها فى ماء دافىء ثم ماء بارد وجففيها تماما بقطعة قماش ناعمة . لمعيها مرة فى كل اسبوع اذا كانت مستعملة يوميا وكلما دعت الضرورة اذا كانت من الفضيات الثمينة التى تستعمل فى المناسبات فقط ، تلمع بدعكها بمزيج مكون من الاسبداج (ويشترى من عند العطارين) والماء حتى يتكون عجينة سائلة نوعا . ثم اغمسى قطعة من القماش فى هذا المزيج وادعكى به الشوكة أو الملعقة جيدا ثم اتركيها جانبا حتى يجف عليها الاسبداج فتلمع بقطعة قماش جافة لينة حتى يزول الاسبداج ثم تلمع أخيرا بالفوطة الصفراء الكستور أو بقطعة قماش كستور لينة ولاحظى عدم ترك أى أثر للاسبداج بين أسنان الشوكة أو النقوش بأيدى الملاعق واذا تقدر ازالتها فاستعملى فرجونا ناعما صغيرا احفظيه دائما لهذا الغرض ، وبعد الانتهاء من تنظيفها تحفظ فى العلبة الخاصة بها أو فى أحد أدراج بوفيه حجرة المائدة ولزيادة المحافظة عليها لاحظى عدم احتكاكها ببعضها لان ذلك يسبب تخدشها بمرور الزمن . بل احفظيها بجانب بعضها . أما اذا أردت وضعها فوق بعضها فيكون ذلك بين طبقات من الورق الشفاف الرفيع أو قطع من القماش وبذلك تحافظين على أدواتك الفضية أجيالا طويلة .



طقم مضلع دانتلا
مكون من بلوفر وجاكيت

المواد اللازمة : البولوفر : ١٦٨ جرام من صوف باتونز بيهايف فنجرنج صنع P & B — ٣ فنل — مصنوع بطريقة باتونز المبتكرة لمقاومة الانكماش والتمدد . الجاكيت : ٢٥٢ جرام من نفس الصوف — عدد ٢ كبسول — ٧ زراير — ابرتان بيهايف نمرة ١٠ وابرتان بيهايف نمرة ١٢

المقاسات : لمقاس ٨٥ سم — ٩٠ سم محيط الصدر . الطول من أعلى الكتفين : ٥٠ سم للبولوفر و٥ر٥٢ سم للجاكيت . طول خياطة الكم : ٥ر١٢ سم للبولوفر و٥ر٤٧ سم للجاكت

قوة الشد : ٥ر٧ غرزة — ٥ر٢ سم لشغل مفرود وليس مشدودا

الاصطلاحات : غ : غرزة . ع : معدولة . م : مقلوبة . معا : غرزتان فى غرزة . *...* : رمز التكرار أى عندما يتم شغل الجزء المحصور بين النجمتين ابدئى ثانيا من النجمة الاولى واشتغلى حسب الارشادات الى النجمة الثانية . وكررى هذه العملية حسب التعليمات



بلوفر (اللون أصفر)

الظهر : بالابرتين نمرة ١٢ ابدئى ١٠٤غ واشتغلى ١٠ سم مضلع ١ع — ١م . ثم انتقلى الى الابرتين نمرة ١٠

السطر الاول : ١ع — ٢ع معا — الصوف حول الابرة * ٢م — الصوف حول الابرة — اسلتى غرزة غير مشغولة — ١ع — مررى الغرزة المسلوتة عليها — ٢م — ٢ع معا — الصوف حول الابرة — كررى من * الى أن يبقى ٥غ — ٢م — الصوف حول الابرة — اسلتى غرزة — ١ع — مررى عليها الغرزة المسلوتة — ١ع

السطر الثانى : ١ع * ٢م — ٢ع — كررى من * الى أن يبقى ٣غ — ٢م — ١ع . السطر الثالث : ١ع * الصوف للامام — اسلتى غرزة — ١ع — مررى عليها الغرزة المسلوتة — ٢م — ٢ع معا — الصوف حول الابرة — ٢م — كررى من * الى أن يبقى ٧غ — الصوف فوق الابرة — اسلتى غرزة — ١ع — مررى عليها الغرزة المسلوتة — ٢م — ٢ع معا — الصوف للامام — ١ع . السطر الرابع : اشتغليه كما اشتغلت للسطر الثانى . وهذه السطور الاربعة تكون الموديل (غرزة الدنتلة)

استمرى حسب الموديل وزودى عند طرفى السطر التالى وكل سطر ثامن تال الى أن يبقى ١٢٠غ . اشتغلى باستمرار حسب الموديل الى أن يصير مقاس الجنبين ٣١١/٤ سم . ثم كسمى لحردتى الباط بان تنقصى ٤غ فى بداية السطور الاربعة التالية ثم ٢ع معا عند طرفى كل سطر بعد سطر الى أن يبقى ٩٦غ

استمرى حسب الموديل الى أن يصير مقاس الظهر ٤٨٣/٤ سم . ثم بوجه الشغل كسمى للكتفين بان تنقصى ٨غ عند بداية السطر التالى ثم اشتغلى ١٤غ لغاية الوسط واقفليها . ثم اشتغلى لنهاية السطر

السطر التالى : أشتغلى النصف الاخير من الشغل واتركى غرز الكتف الثانى على ابرة اضافية ونقصى ٨غ عند حافة الباط فى السطر التالى و٣ سطور سطر بعد سطر . وفى نفس الوقت اقفلى ٣غ عند حافة الرقبة عند بداية السطور الثلاثة التالية ، سطر بعد سطر

ثم عودى الى النصف الاول من الشغل وأنهيه كما انهيت النصف الاخــــر

الامام : اشتغلى كما اشتغلت للظهر الى أن تتمى حردتى الباط (٩٦غ) ثم اشتغلى طوالى الى أن يصير مقاس الامام ٥ر٤٢ سم . السطر التالى : بوجه الشغل اشتغلى ٤١غ حسب الموديل واتركيها على ابرة اضافية



اقفلى ١٤غ فى الوسط واستمرى فى النصف الاخير من الشغل وانقصى عند حافة الرقبة ٢ع معا فى كل سطر بعد سطر الى أن يبقى ٣٢غ

اشتغلى بضعة سطور بدون تنقيص الى أن يصير الطول كطول الظهر ثم كسمى للكتف بان تنقصى ٨غ من حافة الباط عند بداية السطر التالى والسطور الثلاثة التالية ، سطر بعد سطر . أوصلى الصوف بالغرز الباقية عند حافة الرقبة واشتغلى كما أشتغلت للكتف الاول

الاكمام : بالابرتين نمرة ١٢ ابدئى ٨٠غ واشتغلى ٣/٤ ٣سم مضلع ١ع ــ ١م . انتقلى الى الابرتين نمرة ١٠ واشتغلى حسب الموديل بالتزويد عند كل من طرفى السطر التالى وكل سطر رابع تال الى أن يبقى ٩٦غ .

اشتغلى بضعة سطور باستمرار الى أن يصير مقاس الحروف ١/٢ ١٢سم ثم كسمى لاعلى الكمين بان تنقصى عند كل من طرفى سطر بعد سطر الى أن يبقى ٧٦غ . ثم نقصى عند طرف كل سطر الى أن يبقى ٢٤غ . اقفلــــى .

بنضة الرقبة : خيطى الكتف اليمين و٥ سم من الكتف اليسار . وبوجه الشغل والابرتين نمرة ١٢ القطى ١١٦غ بالتســاوى حول دائرة الرقبة . اشتغلى ٣سم مضلع ١ع ــ ١م . اقفلى قفلا رخوا بشغــــل مضلع واستعملى ابرة نمرة ١٠

الجــاكيت (اللون نبيذى)

الظهر : بالابرتين نمرة ١٢ ابدئى ١١٢غ . واشتغلى ١١سم مضلع ١ع ــ ١م . انتقلى الى الابرتين نمرة ١٠ واشتغلى حسب الموديل وزودى عند كل من طرفى السطر التالى وكل سطر سادس تال الى أن يبقــى ١٢٨غ على الابرة . اشتغلى طوالى الى أن يصير مقاس حرف الجنــب ٣٢٫٥سم . ثم كسمى لحردتى الباط .

اقفلى ٤غ عند بداية السطور الاربعة التالية ثم اشتغلى ٢ع معــا عند كل من طرفى سطر بعد سطر الى أن يبقى ١٠٠غ . اشتغلى باستمرار الى أن يصير مقاس الظهر ١/٤ ١٥سم ثم كسمى للكتفين بتنقيص ١١غ عند بداية الستة الاسطر التالية . اقفلى باقى الغرز .

الامام : اليسار : بالابرتين نمرة ١٢ ابدئى ٥٦غ واشتغلى ١/٤ ١١سم مضلع ١ع ــ ١م . انتقلى الى الابرتين نمرة ١٠ واشتغلى حسب النموذج وزودى عند حرف الجنب فى بداية السطر التالى وكل سطر سادس تال الى أن يبقى ٦٤غ . اشتغلى طوالى الى أن يصير مقاس حرف الجنب ٣٢٫٥ سم .

وبوجه الشغل اقفلى ٤غ من ناحية حردة الباط عند بداية السطر التالى والسطر الثالث ثم ٢ع معا عند ناحية حردة الباط فى كل سطر بعد سطر الى أن يتم تنقيص ١٤غ فى المجموع ثم اشتغلى هذا الحرف بدون تنقيص . وفى نفس الوقت ــ وانت تبتدئين تكسيم حردة الباط ــ نقصى عند حرف الوسط ٢ع معا عند بداية السطر التالى وكل سطر ثالث تال الى أن يبقى ٣٣غ

اشتغلى طوالى الى أن يصبح مقاس الصدر كمقاس الظهر . ثــم كسمى للكتف بتنقيص ١١غ عند بداية الثلاثة الاسطر التالية ، ســطر بعد سطر ، عند حافة الباط

اليمين : اشتغلى كما اشتغلت ناحية اليسار مع عكس التكسيم

البنضة المضلعة : خيطى حروف الكتفين . وبالابرتين نمرة ١٢ ابدئى ١٠غ واشتغلى بنضة مضلعة من ١ع ــ ١م لمقاس يلائم يمين الصدر الى ظهر الرقبة ثم الى يسار الصدر عند شد الشغل قليلا . اشتــــغلى ٧ عراوى فى الناحية اليمنى ، الاولى تقع فى رابع وخامس سطر والباقى على أبعاد متساوية بين كل منها ٥سم . كيفية عمل العروة . ٤غ مضلعة ــ اقفلى ٢غ ــ اشتغلى مضلع الى الاخر وبرجوع وزودى ٢غ على الغرزتين المقفولتين فى السطر السابق

الاكمام : بالابرتين نمرة ١٢ ابدئى ٦٤غ واشتغلى ٣/٤ ٨سم مضلع ١ع ــ ١م . انتقلى الى الابرتين نمرة ١٠ واشتغلى حسب الموديل وزودى عند كل من طرفى السطر التالى وكل سطر سادس تال الى أن يبقى ١٠٢ غ على الابرة

اشتغلى طوالى الى أن يصل مقاس حافة الجنب الى الطول المطلوب ثم كسمى أعلى الكم كما فعلت لكم البولوفر

التركيب

لا تكوى الموديل . خيطى جنبى واكمام البولوفر . ركبى الاكــمام وخيطى كبسولتين لقفل الفتحة على الكتف اليسار . خيطى جنبى واكمام الجاكت . ركبى الاكمام . خيطى البنضة المضلعة وأجعلى العراوى مــن ناحية اليمين . أكوى الخياطة . ثم ركبى الزراير لتلائم العراوى .

نتيجة مسابقة الباترونات

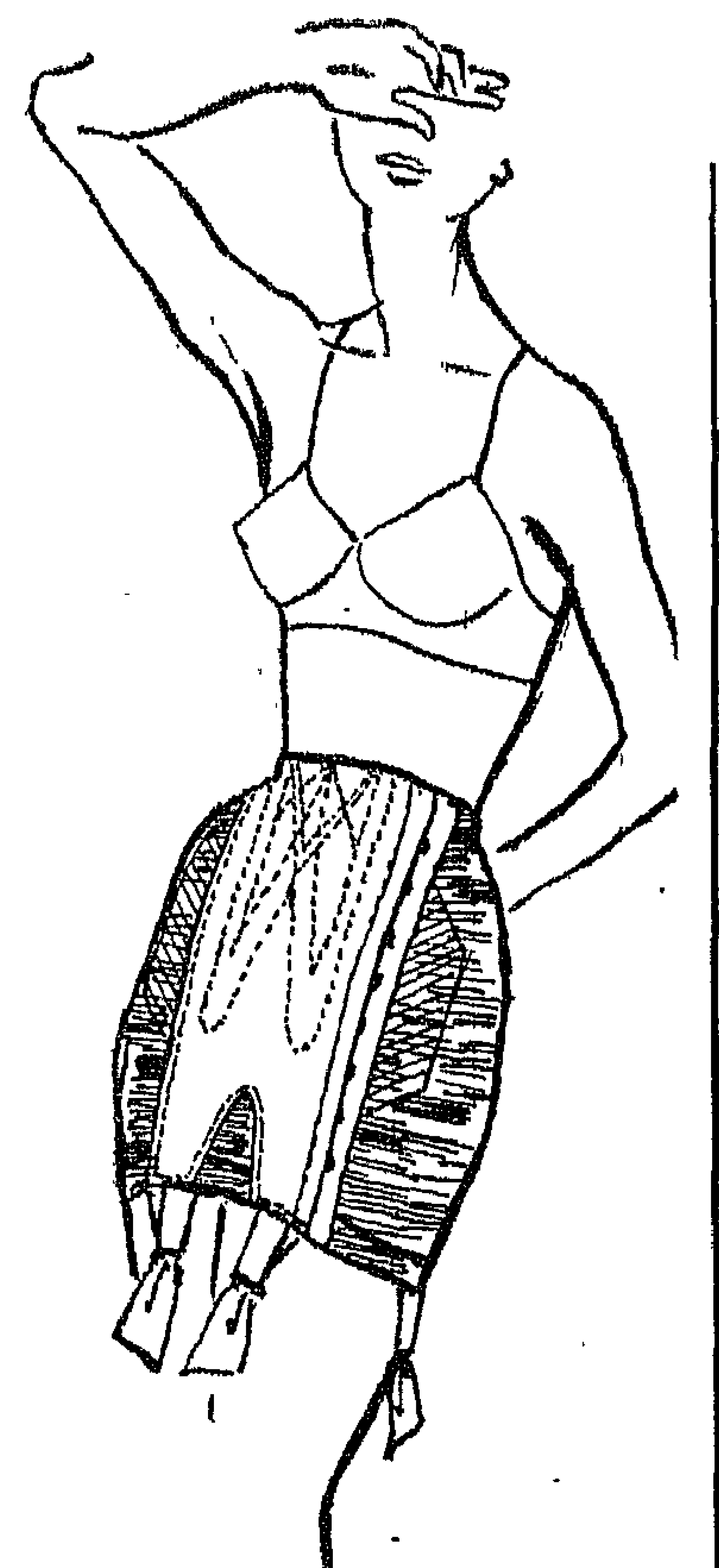
اختارت لجنة التحكيم من بين مئات الردود التى وصلت الينا هذين الموديلين الجميلين وهما من ابتكار الانسة ليلى محمد لبيب بالجيزة والتى فازت بالجائزة الاولى ٠

أما الجوائز الثانية والثالثة فقد فازتا بهما على التوالى الانسات هدى وصفى ومارى بيطار ٠

وسترسل باترون فستان هدية لجميع المشتركات في المسابقة بدون استثناء ٠



نرجو من الفائزات الاتصال بجونو لسحب الجوائز ١١٦ شارع عماد الدين القاهرة فوق بامكو ت٤٧١٥٧ ٣٦ شارع سعد زغلول الاسكندرية فوق اركو ت ٢٠٧٨٩





ان كان بطنك كبيرا

ان كانت اردافك كبيرة

كورسيه لكل جسم

لا تكونى يا سيدتى متسامحة مع نفسك ٠ اعرفى عيوبك الجسمية واحكمى عليها حكما عادلا ٠ واعلمى أن لكل عيب من العيوب التى تكتشفينها علاجا ٠ وها نحن أولاء نقدم لك مجموعة من الكورسيهات والسوتيانات الحديثة صممت لتفى بالغرض المطلوب

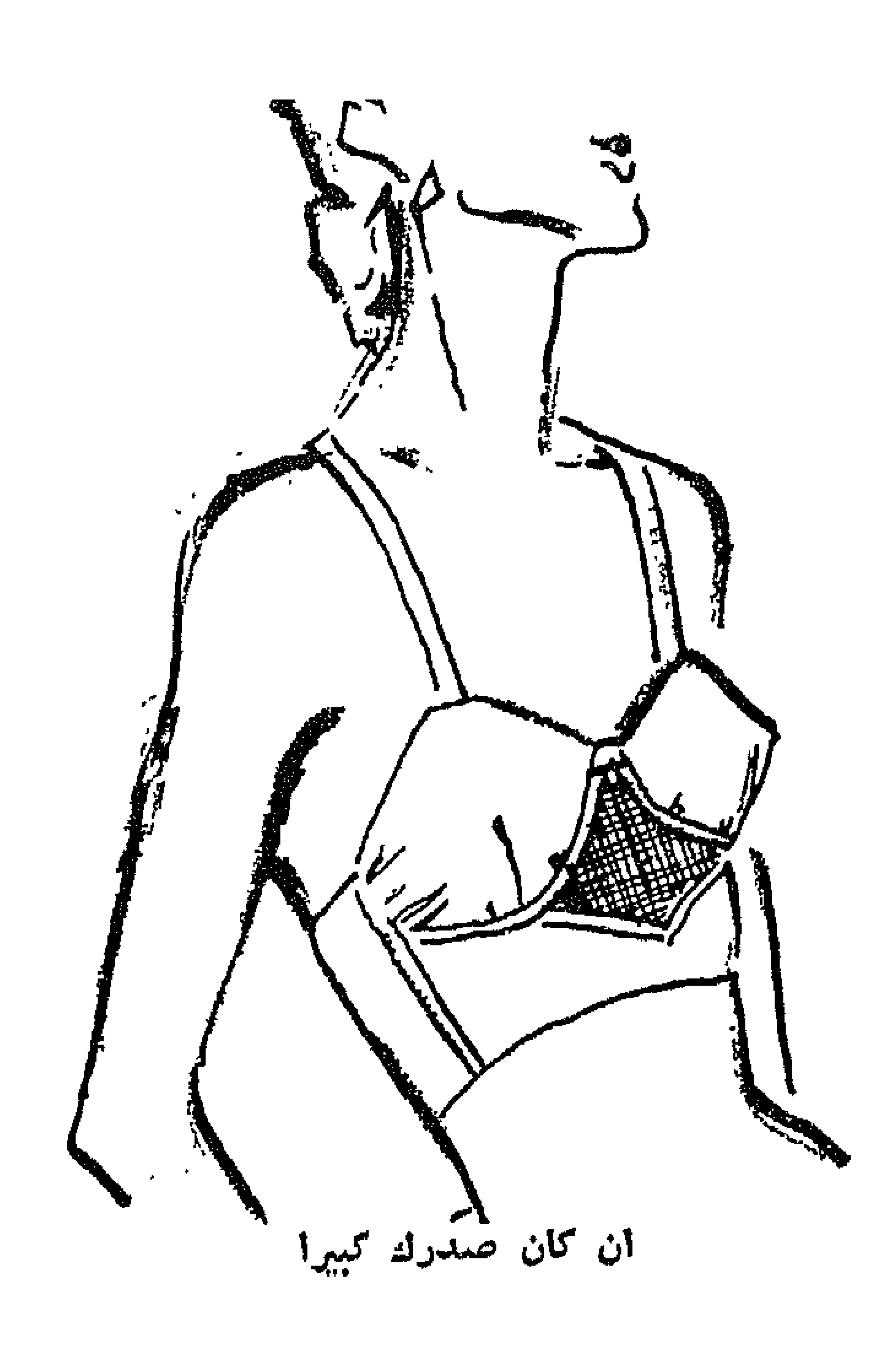
ان كان صدرك كبيرا :
ارتدى السوتيان رقم ١ المصنوع من اللينون الابيض وقد قوى ببانادات تحمى المعدة وادخل فيه شبكة لاستكس ٠

ان كان خصرك مكتنزا :
ارتدى هذا الكورسيه رقم ٢ المصنوع من التول النايلون وقد أدخلت فيه هذه البانادة من الساتان لتمنعه من الكرمشة ٠ ومن الملاحظ انه متسع من أعلى لكى يحتوى كمية اللحم فوق الخصر ٠ وان كان صدرك متهدلا ارتدى السوتيان رقم ٢ ٢ أيضا ببانادة على المعدة من خيوط اللاستكس وهى تقوى الجزء الاسفل من الثدى ٠

ان كان خصرك عريضا :
ليس أمامك الا الكورسيه رقم٣ وهوحزام وكونبينزون بدون حمالات انه من الساتان والدانتيل اللاستكس ٠ أما السوتيان فهو نصف دائرى ويسمح بالديكولتيه ٠

ان كانت أردافك كبيرة :
عليك باختيار هذا الكورسيه رقم ٤ المصنوع من التول لاستكس ٠ وان كان صدرك عريضا ليس أمامك الا هذا السوتيان ببانادة مقواة على شكل الكردون ٠

ان كان بطنك كبيرا :
ارتدى هذا الحزام أو الكورسيه المصنوع منالمطاط والساتان (رقم ٥) ويلاحظ



ان كان صدرك كبيرا

أن القصة الامامية مبطنة كلها ومشغولة بخياطات وأدخلت فيها البالينات لتمنع ظهور البطن .

ولا تنسى يا سيدتى أيضا أن تمارسى الالعاب الرياضية التى ننشرها لك تباعا والتى ان أديتها كما يجب أغنتك عن ارتداء هذه الكورسيهات واحتمال ضغطها . اتبعى نصائح بنت النيل ان أردت لنفسك قواما رشيقا .

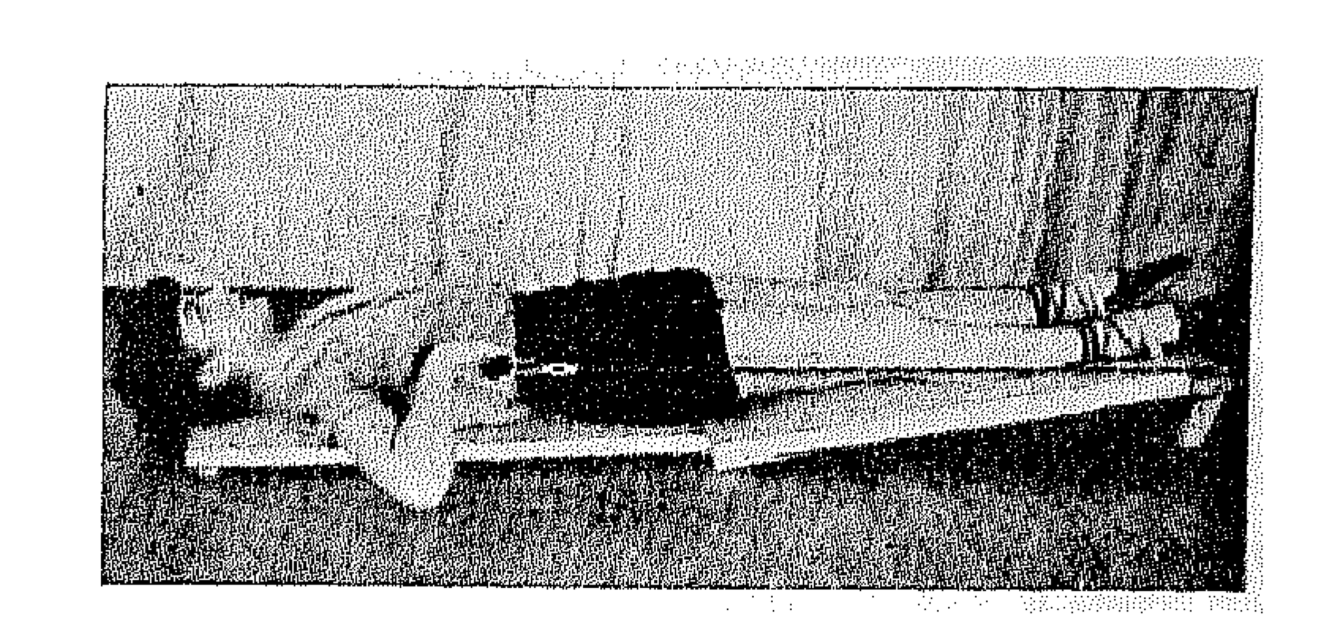
ان كان خصرك عريضا

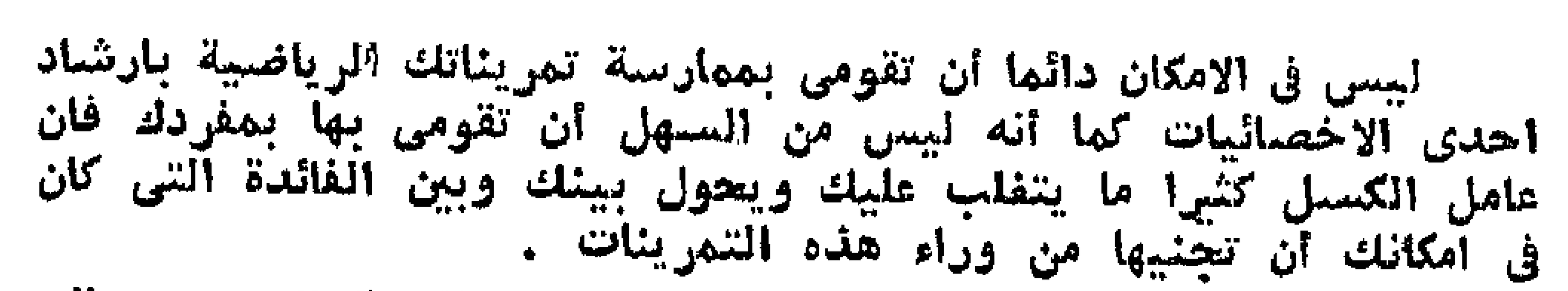
ان كان خصرك مكتنزا





وأنت في غرفتك





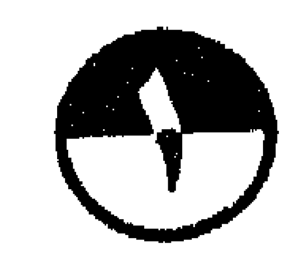
ليس فى الامكان دائما أن تقومى بممارسة تمريناتك الرياضية بارشاد احدى الاخصائيات كما أنه ليس من السهل أن تقومى بها بمفردك فان عامل الكسل كثيرا ما يتغلب عليك ويحول بينك وبين الفائدة التى كان فى امكانك أن تجنيها من وراء هذه التمرينات .

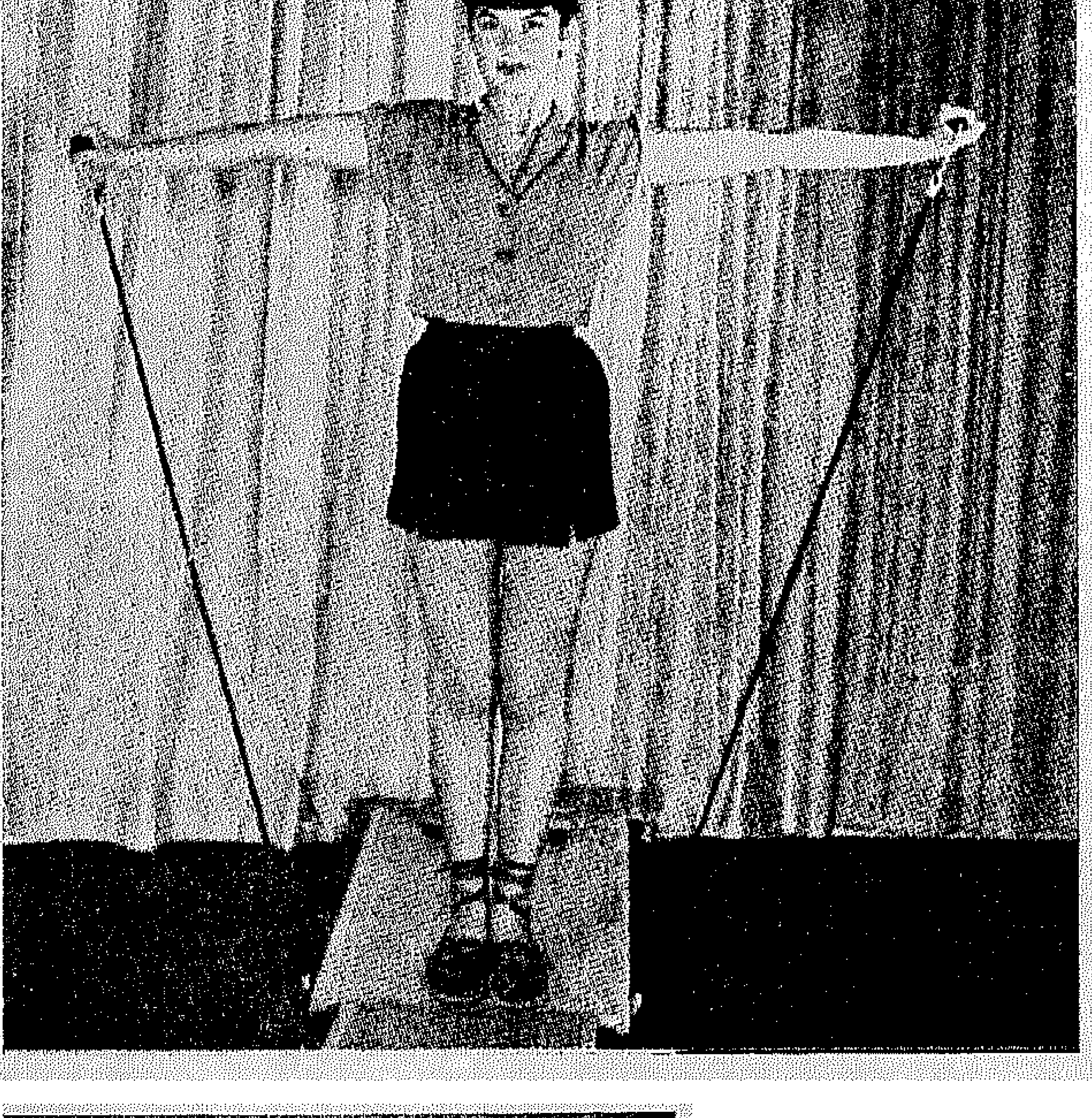
ولا نجد انفسنا فى حاجة الى القول بالفوائد الجمة التى تعود الى الجسم والعقل من وراء الالعاب الرياضية . لذا فاننا نوصى قارئاتنا بان يخصصن وقتا لها صباح كل يوم ان أمكن .

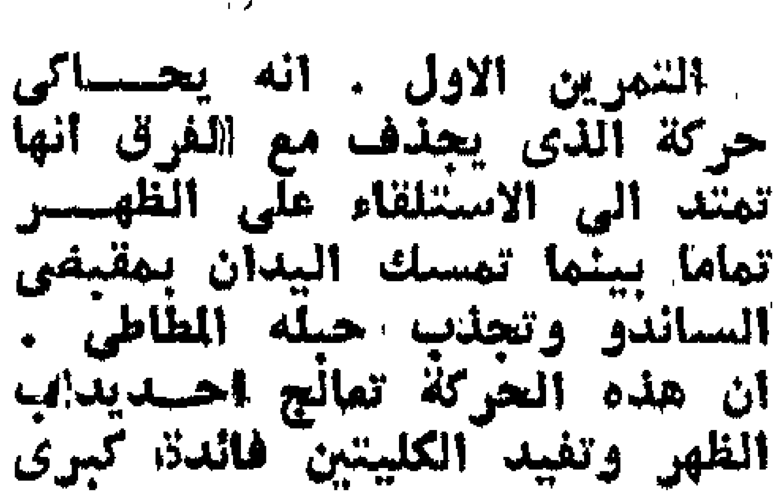
وهذا جهاز جديد يتركب من لوحة مزودة بساندو وبلوحة اضافية بحيث لا تملأ فراغا كبيرا ذلك أن الجهاز يمكن فكه بسهولة فيصبح لوحتين من حجم صغير .

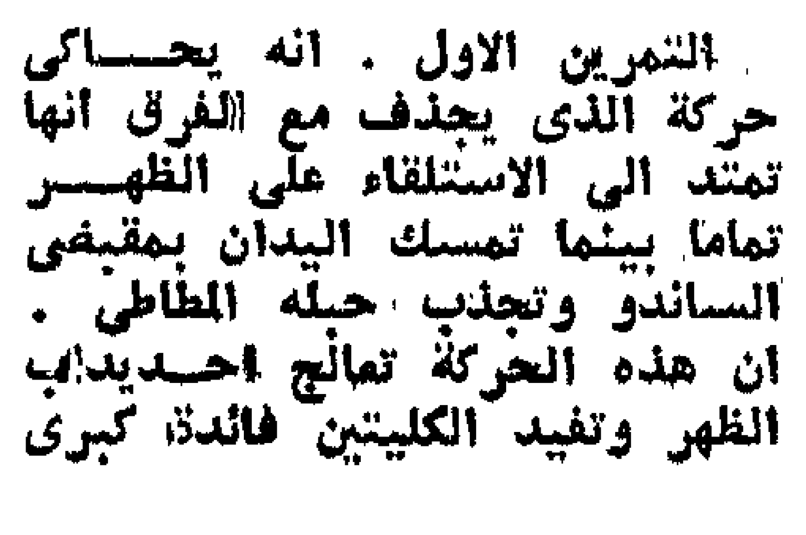
واخيرا فان التمارين الرياضية التى تجرى بواسطة هذا الجهـــاز تفيد السيدات مهما كانت سنهن

٢









التمرين الاول . انه يحـــاكى حركة الذى يجذف مع الفرق انها تمتد الى الاستلقاء على الظهـــر تماما بينما تمسك اليدان بمقبضى الساندو وتجذب حبله المطاطى . ان هذه الحركة تعالج احديداب الظهر وتفيد الكليتين فائدة كبرى



التمرين الثانى : ان الحركـــات التى تقومين بها وانت فى وضعـــك الافقى تساهم مساهمة فعـــالة فى اصلاح وقفتك ذلك أنها تجبر التى تقوم بها على الاحتفاظ بتوازنها . وان هذه الحركات يمكن اجراؤها سواء برفع ذراع واحدة بينما تكون الاخرى نازلة أو بفتح الذراعـــين الى الجانبين وانزالهما او برفـــع الذراعين معا كما هو ظاهر فى هذه الصور .

ويمكن تنويع الحركات مـــع البقاء فى نفس الوضع . والمهم انها تصلح وتحسن وقفتك وطريقـــة مسيرك . ودليلنا على ذلـــك ان الفلاحات اللواتى يحملن الاثقـــال على رؤوسهن يحتفظن برشاقتهن .





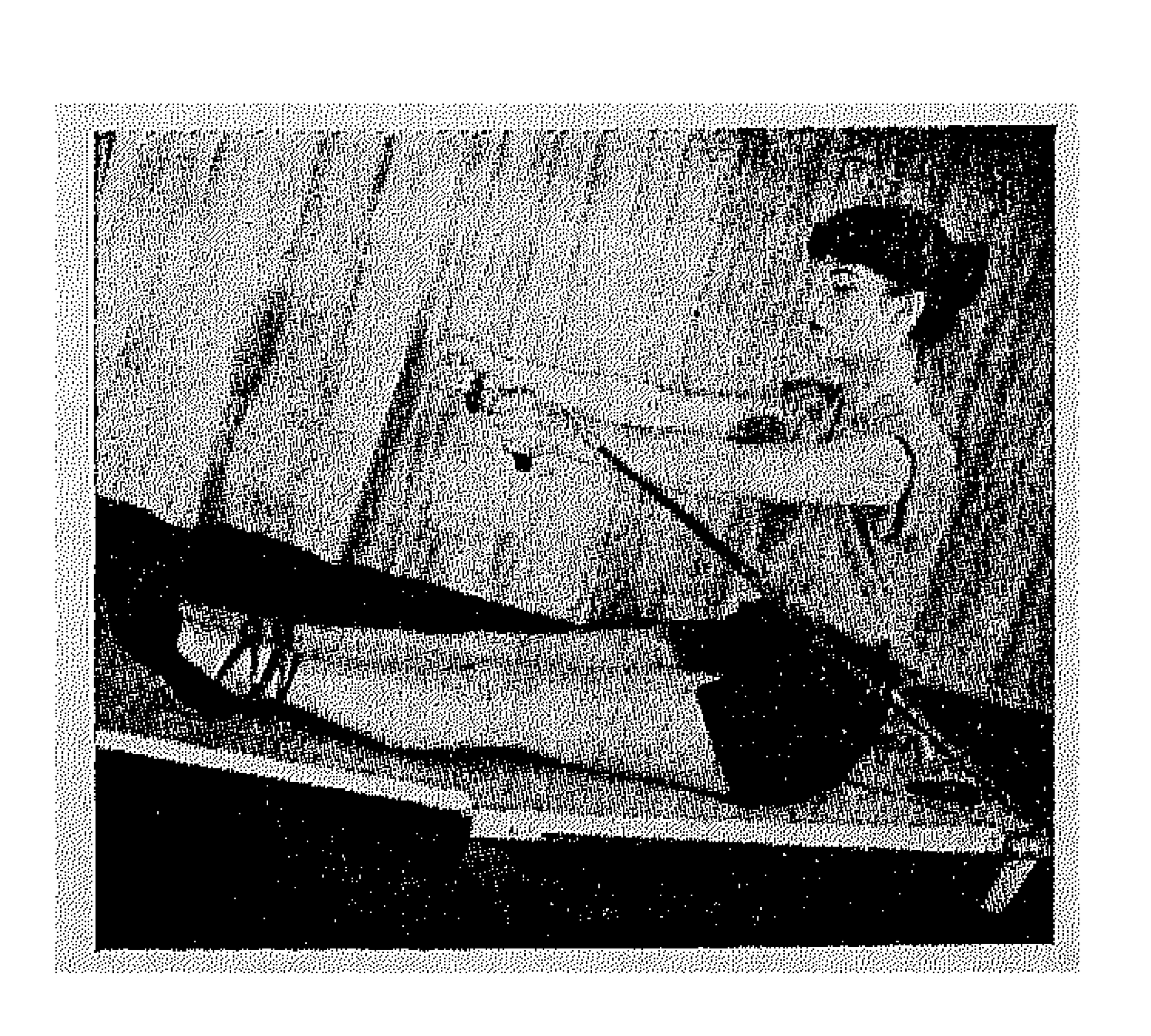
التمرين الثالث : حركة لتقوية الصدر وذلك بفتح وقفل الذراعين ويمكنك ايضا أثناء فتح الذراعين رسم دوائر بيديك . فان هذا التمرين الاخير يقوى الجذع والخصر .

ملحوظة : يمكن الحصول على هذا الجهاز من محال بيع الادوات الرياضية .



التمرين الرابع : هذه حركة أخرى لتقوية الصدر أيضا . ان هذا التمرين ينشط عضلات الصدر التى يرتكز عليها الثديان

التمرين الخامس : ادخلى قدميك فى مقابض الساندو وقومى بعمل حركات راسية أو جانبية . أن هذا التمرين يقوى عضلات الارداف ويقلل من حجم الفخذين



طريقة شغل غرزة الاسموكس (خلية النحل)



ان طفلت الحبيب يزهو بثوبه الجميل لا سيما ان كان من شغل يديك وطريقة غرزة الاسموكس سهلة وهي تصلح أيضا لشغل قمصان نومك الحريرية واليك الطريقة ..

نلاحظ أن طريقة تفصيل أثواب الاطفال بسيطة وهي سفرة وكول صغيرة مع كمين قصيرين أو طويلين حسب الطلب والجزء الذى يشغل عادة هو الجزء العلوى أى الصدر فتترك السفرة والاكمام جانبا ونأخذ باقى الثوب ونشغله كما يأتى :

أولا : اختارى ألوان خيط تتفق مع لون القماش فاذا كان لونه أبيض كان لون الخيط ورديا ولبنيا وأصفر لتجعلى من الرسم شكلا جميلا محببا للنظر ولا تكثرى من الالوان حتى لا يفقد الثوب جماله ويجب أن يكون الخيط من نوع ثابت لكى لا يتأثر من الغسيل

ثانيا : خذى مقاس عرض الفستان مرتين لاجل أن يكون الشغل على راحته ويظهر واضحا وان كان القماش خفيفا وجب أن يكون العرض من مرتين ونصف الى ثلاث مرات

ثالثا : ضعى نقطا خفيفة بقلم الرصاص على ظهر القماش وتكون متساوية طولا وعرضا مكونة من عدة أسطر كما هو مبين فى النموذج ثم اعملى سراجه بخيط رقيق ومتين بحيث يظهر على وجهه القماش ثم شدى الخيط بحيث يأخذ شكل كسر رفيعة متساوية بجانب بعضها كما هو مبين فى النموذج .

رابعا : اشبكى على وجهه القماش كل كسرتين معا بغرزة من الخيط الملون المعد للشغل واعملى سطرين مختلفين من هذه الغرزة كما هو مبين أى ان الغرز لا تكون فوق بعضها ثم انقلى باقى الرسم بهذه الطريقة وعدى كل سبع غرز واشتغليها بشكل مائل ،فتظهر على شكل ٧ وهكذا حتى تنتهى من شغل الرسم جميعه بهذه الطريقة .

بهيره لطفى

مسابقة في قصة

مكان تحت الشمس

انه شاب طموح بنيت نفسه على حب التقدم والرقي ولكن الفقر كان يقعده عن بلوغ ما يبتغي الى أن جاء يوم التقى فيه بعم له غنى ... فلما أحس العم بفقر ذلك الشـــاب دعاه ليعمل فى أحد محلاته فبقى عنده يعمل مدة طـويلة وفى خلال تلك المدة نشأت بينه وبين احدى البائعات علاقة حب لم يكن أحد يعلم بها الى أن جاء اليوم الذى بدأت فيه الاقدار تضحك من ذلك الشاب وذلك حين دعا العم ابن أخيه الى منزله وزف اليه نبأ ترقيته مديرا لمحله وفى هذا اليوم كان القدر بالمرصاد اذ تلاقت الاعين وخفقت القلوب وكان اله الحب هو المنتصر، فقد أحب ذلك الشاب الطماح ابنة العم الغنى، ولم لا يحبها وهى صاحبـة الجمـال والمـال .. وياليت حبهما وقف عند حد فقد جاء اليوم الذى تصل فيـــه فورة الحب الى القمة فلا يستطيع المحب أن يبتعد عن حبيبته .. لقد طلبت ابنة العـم الزواج من حبيبها ...

ولكنها لم تكن تعلم أن حياته ليست ملكا له .. ففى ذات اليوم الذى طلبت فيه ابنة العم الزواج أنبأته زميلتـه البائعة وصاحبة الحب الاول أنها تحمل بين جنبيها ما يخذى كل فتاة ..!!

ماذا يفعل يا ترى أنه سئم الفقر والبقاء فيه ويريد أن يعيش عيشة سعيدة كالتى يحياها عمه ولكن هنا حمل ثقيل يربطه الى الفقر ــ أقصد تلك البائعة التى تساويه فقرا ــ .

فأى الطريقين يسلك يا ترى :

ماذا فعل يا ترى ؟! وماذا فعلت به الاقدار ؟!

هل تستطيعين أنت يا سيدتى أن تعرفى ماذا فعـــل القدر بهؤلاء الثلاثة ؟!

انها كما تريد قصة لابد أن يكون لها نهاية .. فهل تعرفين أنت كيف انتهت ؟!

لقد اتفقت شركة أفلام بارامونت مع بنت النيل على أن تقدم لقارئاتها هذه القصة مسابقة بينهن لعلهن يجدن لها نهاية تتفق ما حدث فعلا ...

وقد رصدت شركة أفلام بارامونت جوائـز تقدمهـــا للقارئات كما أنها ستقدم لاصحاب الحلول التى تقرب من الصحة تصريحا مجانيا لمشاهدة أحد أفلامها ولكى نسهـل على القارئات الوصول الى الحل نقول ان هذه القصـــة هى جزء من قصة فيلم (مكان تحت الشمس) الذى سيعرض قريبا ويقوم بدور الشاب فيـــه مونتجمرى كليفنت وبدور ابنة العم اليزابيث تايلر وبدور البائعة شيللى ونترز .

وترسل الحلول الى (مجلة بنت النيل) فى ميعاد لا يتجاوز يوم ٢٠ يناير سنة ١٩٥٢ أى قبل موعد عرض الفيلم ويكون الحل مصحوبا بالكوبون المنشور أسفل هذا الكلام ويجوز لكل قارئة أن ترسل أكثر من حل واحد .

كوبون مسابقة قصة مكان تحت الشمس

الاسم : ... ...

العنوان : ... ...

عد إليها.. أيها الجمال

لقد حسبت أنها فقدت كل شىء ولكنها لم تكن تعلم أنها على باب عهد جديد

فتحى

أين أنت أيتها الايام الخوالى ؟!

ياليتها ترجع ٠٠ يا ليتها تعود ! أيام أن كنت محط أنظار الجميع ٠٠ الرجال يعجبون بجمالى ٠٠ والنساء يحسدوننى عليه ! لا لايهمنى كل النساء ولكن يهمنى أمر سعاد صديقتى ، هى وحدها التى يهمنى أمرها فقد كانت تحسدنى على جمالى وتتمنى أن يكون لها بعض منه ٠٠٠ أما اليوم فقد انعكست الاية وأصبحت أنا أحسدها على جمالها وأصبح الجميع يتمنون نظرة منها ٠٠ ولكن ليس الذنب ذنبها ولا هو ذنب الايام التى مرت فالله لا يسلب الانسان جمالا منحه اياه ولكنه ذنبى ٠٠ وذنبى وحدى ٠٠ فأنا المجرمة فى حق جمالى ٠٠ المفرطة فى أعز شىء تنظر المرأة فى المرآة من أجله ٠٠ آه لو كنت أعلم لماذا فقدت جمالى ٠٠ نعم انه ذنبى فقد كنت أضع المساحيق على وجهى ٠٠ لا بل كنت ألطخها ٠٠ انى لا أنكر أننى كنت أبدو جميلة وقتها ولكنى لم أعلم أنه سيتخلف على وجهى هذه التجاعيد التى أحاول جهدى أن أتخلص منها ٠٠ كم كنت غبية حين كنت استهزىء من سعاد عندما كانت تذهب الى معهد للتجميل العلمى لتضع وجهها بين يدى اخصائية ترتب لها المساحيق وتزيل لها التجاعيد وتجعلها كالزهرة النضرة التى لا تذبل أبدا ٠

كنت أحسب أن التجميل تستطيعه كل امرأة ولم أكن أعلم أنه قد بنى على قواعد لا يتقنها كل انسان ولا

لم تكن تعلم أن لكل وجه تسريحة تلائمه






كانت تجهل ان الماكياج فن .. !

يحذقها الا الخبراء القليلون وللاسف عرفت هذا بعد أن امتلأ وجهي بالغضون وغطته التجاعيد .. فماذا أفعل ياربي ؟! أرشديني الى الحل يا بنت النيل ..

قرأت هذه الرسالة وصممت على أن أمنع المأساة من أن تتكرر مع نساء غير صديقتنا هذه فحاولت أن أعرف أسرار الجمال ولكني لم أستطع سوى أن أرى بعيني ما يحدث حين تذهب أية امرأة لتعيد لوجهها جماله أو لتحتفظ له برونقه وبهاءه .

ذهبت الى معهد التجميل العلمي وهناك وجدت أن راغبة الجمال تنال بغيتها حتما ولكن في نظير شيء واحد .. هو الطاعة !

عليها أن تطيع اخصائية التجميل فهي التي تتولى بيدها ازالة الغضون وبعث الجمال من جديد .. فلا بد من المساج أولا ثم المكياج الذي يعمل بطريقة خاصة وبترتيب معين وبعد ذلك لا بد من المساج

لا بد من تسريحة تلائم وجهك تماما وتجعله مشرقا جذابا .

ولكن أليس هذا هو ما تعمله كل سيدة : فهي تدلك وجهها وتعمل المكياج بنفسها ثم تختار لنفسها التسريحة الملائمة.. فلماذا اذن لا تبدو في جمال تلك التي تعهد لاخصائية التجميل بهذه العملية .. لا بد أن في الامر سرا ..

فما هو السر يا ترى ؟

أجيبيني أيتها الاخصائية وقصي علي أسرار الجمال ؟!

ولكنها قالت لي: أتريد أن تعرف في لحظات ما تعلمته أنا في سنين طويلة .. لا ان الحديث في هذه الامور يطول . عد الى مرة ثانية وسأختلس من وقت عميلاتي بعض اللحظات أدلك فيهاعلى بعض الطريق الى الجمال ..

قالت هذا ثم اعتذرت بلباقة وتركتني لتقوم بواجبها نحو احدى عميلات معهد التجميل .

خرجت من هناك وأنا مصمم على أن أعود الى معهد التجميل العلمي مرة ثانية لاعرف أسرار الجمال .. نعم سأعود اليه حتما .. وستعودين معي يا سيدتي فالى اللقاء في عددنا القادم

أخذت هذه الصور بالمعهد العلمي للتجميل ـ ٣٧ شارع عبد لخالق ثروت



للسيدة حكمت صبحى



صحن اليوم
كفتة الطعمية (طعمية بالدمعة)
سلطة خضار
يوسف افندى

كفتة الطعمية

المقـــادير :

٢ كوب فول نابت	ملعقـة كبيرة كسبرة جافة ناعمة
حزمة مقدونس	نصف رأس ثوم
حزمة كزبرة خضراء	بصلة كبيرة
نصف رطل طماطم	ملح وشطة
	زيت للتحمير

الطريقـــة :

١ ــ قشرى الفول ويفصص ثم يفرم بمفرمة اللحـــم مرتين بالمفرمة الناعمة حتى ينعم تماما

٢ ــ اغسلى الخضر وقشرى البصل والثوم ثم يقطـــع بالسكين ويفرم بمفرمة اللحم

٣ ــ اخلطى الجميع وأضيفى الكزبرة الجافة والملـــح والشـــطة واضبطى الطعم واذا ظهر ان الخليط غير ناعم فدقيه دقا جيدا فى الهاون حتى ينعم ٠

٤ ــ شكليها على شكل كور صغيرة مثل الكفتة وحمريها فى الزيت حتى تحمر تماما

٥ ــ اعملى الدمعة بأن تقشرى بصلة متوسطة وتقطع رفيعا ثم حمريها فى الزيت ثم أضيفى اليها الطماطم المصفاة وتترك على النار حتى تتسبك الدمعة

٦ ــ أضيفى اليها قليلا من الماء وتترك حتى تغلى ثم أضيفى اليها الطعمية المحمرة وتترك تغلى لمدة خمس دقائق فقط حتى تلين الطعمية نوعا كما فى كفتة اللحم بالدمعة ٠

٧ ــ تغرف ساخنة فى أطباق عميقة وتقدم ، وقدمى معها سلطة الخضر ٠

كعكة الشاى الرخامية

سهلة الصنع واقتصادية ، طعمها لذيذ ، كذا منظرها فى التقديم ٠ قدميها لزائريك مع الشاى أو القهـوة

المقـــادير :

ربع أقة دقيق	ربع أقة سكر بودرة
بيضتـــان	ملعقتان صغيرتان خميـــرة بيكنج بودر
كوب لبن	فانيليـــا
ربع كوب سمن	ملعقة كبيرة كاكاو

الطريقـــة :

١ ــ اضربى السمن مع السكر جيدا حتى يصير كالقشدة

٢ ــ اضربى البيض وأضيفى اليه اللبن والفانليـــا ثم اضيفيه الى مزيج السمن والسكر ويمزج جيدا

٣ ــ أضيفى الدقيق بعد نخله وأخيرا أضيفى الخميرة وقلبى الجميع جيدا حتى تصير العجينـــة سهلة الانزلاق من على الملعقة ٠

٤ ــ ضعى مقدار ربع العجينة السابقة فى سلطانية صغيرة وأضيفى اليها الكاكاو بعد نخله ويمزج جيـــدا حتى تتلون العجينة بلون الشكولاتة

٥ ــ ادهنى قالب كعك مستطيل دهنا جيدا بالسمن ثم رشيه بالدقيق وصبى فيه نصف مقدار العجينة البيضاء ثم صبى فوقها جميع كمية عجينة الشكولاتة ثم باقى العجينة البيضاء وساوى العجينة فى القالب بشرط أن يكون الوسط منخفضا قليلا عن الجوانب حتى لا ترتفع من الوسط أثناء الخبز ويحدث تشقق فى سطحها

٦ ــ تخبز فى فرن ســاخن حتى تنضج ويمكنك معرفة ذلك باختبارها بغمس سيخ رفيع داخل الكعكة فاذا خرج نظيفا دل ذلك على نضجها ٠

٧ ـ تقلب من القالب فوق منخل سلك وتترك حتى تبرد

٨ ـ عند التقديم قطعيها الى شرائح متوسطة السمك وترص فى طبق مسطح ، كما هو موضح بالرسم

ملحوظة :

١ ـ يمكنك استبدال الكاكاو باضافة ملعقة كبيرة من الزبيب وملعقة من البندوق المجروش الى العجينة أو اضافة ملعقة كبيرة مبشور جوز هند

٢ ـ يمكنك استبدال القالب المستطيل بصينيةمستديرة وبعد نضجها ادهنى السطح بقليل من المربى السائلة نوعا ثم ترش بطبقة من مبشور جوز الهند لتبدو فى مظهر التورتة كما هو موضح بالرسم ٠

* * *

مربى البرتقال

بادرى بعمل مربى البرتقال قبل انتهاء موسمه وهي من الانواع التى يمكن حفظها طول العام ٠ فهى مفيدة ولذيذة وتوفر عليك كثيرا من النفقات ٠٠

المقادير :

١٢ برتقالة ، سكر سنترفيش ، عصير ليمون

الطريقة :

١ ـ انتخبى البرتقال ذا القشرة السميكة لعمل المربى ثم اغسليه جيدا وجففيه ثم ابشريه ٠

٢ ـ افصلى القشر عن اللب ثم قطعيه الى شرائح رفيعة مثل عيدان الكبريت ٠

٣ ـ ضعى القشر المقطع فى حلة وغطيه بالماء البارد ثم ارفعيه على النار واتركيه يغلى حتى ينضج ويلين ثم يصفى من مائه

٤ ـ انزعى البذور من اللب وضعيها فى حلة صغيرة وغطيها بالماء البارد وارفعيها فوق نار هادئة واتركيها تغلى لمدة ١٠ دقائق ثم ارفعيها من على النار وضعيها واحتفظى بالماء المتخلف من التصفية

٥ ـ صفى البرتقال من مصفاة واسعة الثقوب وأضيفى اليه بالماء المتخلف من اغلاء البذور ثم أضيفى اليه القشرالمقطع المسلوق

٦ ـ يكال الجميع وخذى لكل كوبة منه مقدار كوبة مماثلة من السكر السنترفيش ثم ارفعى الجميع فوق نار هادئة مع التقليب حتى يذوب السكر

٧ ـ ارفعى حرارة النار وتترك المربى تغلى مع نزع الريم كلما ظهر وقرب النضج أضيفى عصير الليمون بنسبة ملعقة كبيرة لكل ٤ كوبات أخذت من السكر

٨ ـ اتركى المربى على النار حتى تنضج وتأخذ قوامها المعتاد ٠

٩ ـ تنزع من على النار وتترك حتى تهدأ وتعبأ ساخنة فى برطمانات جافة ويحكم غطاؤها واحفظيها فى مكان هاو٠

طعامك فى يناير

الثلاثاء أول يناير
سبانخ مكمورة على بهريز العظم ، أرز مفلفل ، فاكهة

الاربعاء ٢ يناير
حساء العدس ، عدس مطبوخ ، فجل أخضر ، فاكهة

الخميس ٣ يناير
لحم بالدمعة ، خبازة أرز مفلفل ، فاكهة

الجمعة ٤ يناير
كوسة مكمورة بدون لحم ، مكرونة ، سلطة خضار ، فاكهة

السبت ٥ يناير
فول نابت باليخنى (الفولية) سلطة خضار فاكهة

الاحد ٦ يناير
قلقاس بالخضرة ، أرز مفلفل ، مخلل ، فاكهة

الاثنين ٧ يناير
فاكهة
كفتة الطعمية (طعمية بالدمعة) سلطة طحينة ،

الثلاثاء ٨ يناير
مسقعة قرنبيط بدون لحم أرز مفلفل ، سلطة خس ، فاكهة

الاربعاء ٩ يناير
فاصوليا جافة مكمورة ، سلطة خضار ، فاكهة

الخميس ١٠ يناير
مسقعة باذنجان بدون لحم ، سلطة زبادى ، مكرونة ، فاكهة

الجمعة ١١ يناير
سمك مقلى ، كزبرية سمك ، فجل أخضر ، فاكهة

السبت ١٢ يناير
بازلاء مكمورة بدون لحم ، أرز مفلفل ، مخلل ، فاكهة

الاحد ١٣ يناير
كرنب محشو ، دمعه ، سلطة كرنب

الاثنين ١٤ يناير
بصاره ، مخلل ، فاكهة

الثلاثاء ١٥ يناير
فاصوليا خضراء مكمورة ، أرز مفلفل ، فاكهة

ملحوظة: اذا أردت الاقتصاد فى وجبات غذائك اليومية فاطهى جميع خضرواتك على بهريز العظم مستغنية به عن استعمال اللحوم وستحصلين على نفس القيمة الغذائية ، أما اذا أردت أن تكون مائدتك متعددة الاصناف فقومى بعمل صنف من أصناف اللحوم قائم بذاته علاوة على الاصناف المذكورة بهذه القائمة . كذلك يمكنك استبدال الفاكهة بعمل بعض أصناف الحلوى التى تتفق مع ميزانيتك .

شركة مصر للغزل والنسج الرفيع من القطن المصرى

مصـــانع كفـــر الــدوار

تقرير مجلس الادارة

القاه حضرة صاحب السعادة الدكتور حافظ عفيفى باشا على الجمعية العامة العادية للمساهمين المنعقدة بدار بنك مصر بالقاهرة فى يوم الجمعة الموافق ٢١ديسمبر سنة ١٩٥١

حضرات المساهمين :

يسرنا أن ننهي اليكم أن وحـدة النسيج المانية المتممة لمصانـع الشركة حسب البرنامج المرسـوم الذى أشرنا اليه فى تقاريرنا السابقة قد دارت انوالها بالكامل مع أنوال الوحدة الاولى خلال هذا العام . وأن نتاج الاقمشة قد بلغ نتيجة لذلك أكثر من ٦٧ مليون ياردة أى بزيادة قدرها عشرة ملايين ياردة عن العام الماضى .

وتعلمون حضراتكم أن انتـاج الغزل كان قبل تشغيل انوال هذه الوحدة الجديدة يفيض عن حاجة انوال الوحدة الاولى ، ولذلك كان هناك مجال لتصدير الفائض مـن الخيوط الى الخارج أو لبيعه فى السوق المحليـة . أما وقد تـم تشغيل أنوال الوحدتين معا فـان انتاج خيوط الغزل الذى بلغ فى هذا العام مستواه الذى كان عليه فى العام الماضى ومقداره تسعة الاف طن قد كفى حاجة جميع انـوال الوحدتين ولم يعد هناك فضلـة يمكن عرضها للبيع فى الداخل أو الخارج .

وبذلك قد أكتمل التوازن بـين انتاجى مصانـع الغزل ومصانـع النسيج وهو التوازن الذى كانـت تهدف اليه الشركة وتسـعى الى تحقيقه منذ البداية

هذا وتعلمون حضراتكم أن أسعار القطن كانت خلال العام هـدفا لتقلبات عنيفة نتيجة لاسباب كثيرة منها عجز المحصول العالمى عن الوفاء بحاجة الاستهلاك وكان لذلك أثره البالغ فى ارتفاع اسعار القطـن المصرى ارتفاعا كبيرا أدى الى زيادة الاعباء التى تنوء بها الصناعـة المحلية .

ولم يكن هناك مناص ، ازاء هذا الارتفاع ، من زيادة أثمـان المنسوجات وخيوط الغزل تمشيا مع زيادة اسعار القطن ولكن شركتكم زادت أثمان منتجاتها بنسبة ضئيلة رغبة فى التيسير على المستهلكين وقد ساعدها على ذلك قرار الحكومة فى شهر ديسمبر سنة ١٩٥٠ الخاص بالاستيلاء على جانب من الاقطان المتوسطة التيلة وتوزيعها على مصانع الغزل والنسيج . كما قد ساعدها على ذلك ايضا اتباع السياسة التى رسمها مجلس ادارة شركتكم منذ انشائها والتى ترمى كما تعلمون حضراتكم الى تخفيض تكاليـف الانتاج ، هذا فضلا عن متابعـة الجهود التى تبذلها شركتكم لتنويع الانتاج وتحسينه

ويسرنا أن نحيط حضراتكم علما بأن كل هذه العوامل قد أدت بنا الى الاحتفاظ بالمسـتوى العالى الذى بلغته منتجات شركتكم كمـا أدت ايضا الى فتح أسواق جديدة أمام منتجاتنا فى الاسواق الخارجية فقد صدرت الشركة هذا الـعام زهاء مليون ونصف مليون ياردة الى الباكستان وسيلان وهولنـدا وانجلترا والسودان وجنوب افريقيا كما صدرت ايضا جانبا من خيوط الغزل الى السويد والنرويج والمجر

ونعتقد أن ما تبذله شركتكم فى سبيل اتقان انتاجها من جهد وعناية مضافا اليه تلك الاساليب الفنية الحديثة التى تستعين بها زميلتنا شركة صباغى البيضا فى صناعـة الصباغة والتجهيز كفيل بفتـح اسواق جديدة اخرى وبتثبيـت اقدامنا فيها وبالتالى بانتعـاش الصادرات من الاقمشة المصرية

ومن المفهوم طبعا أنه لا يمكن أن يتم ذلك على الوجه الاكمل الا بمعاونة الحكومة نظرا للوضع الخاص الذى انفردت به هذه الصناعـة المصرية ــ اذ هى ملـزمة قانونا باستخدام الاقطان المصرية وحدها مهما يطرأ على أثمانها من ارتـفاع بينما الصناعـة الاجنبية تغـزو الاسواق الخارجية بمنتجات مماثلة مصنوعة من أقطان اخرى رخيصة الثمن . ولذلك يلقى انتاجـنا فى تلك الاسواق منافسة غير عادلة . ونرى من واجبنا ان نلفت النظـر الى ذلك راجين أن يعيد ولاة الامور البحث فى مسـألة العـودة الى استئناف العمل بنظام اعانة الصادر من الاقمشة والخيوط تنشـيطا لتجارة مصر الخـارجية ، وحـلا لمشكلة زيادة الانتاج عن حاجـة الاستهلاك المحلى ــ تلك المشكلـة التى تفاقمت خطورتها منذ الغـاء نظام الاعانة وزاد من حدتها اخيرا ذلك الارتفاع الذى طرأ على اثمان القطن خلال العامين الماضيين

الميزانية

ان أهم ما يسترعى النظـر فى أبواب الميزانيـة المعروضة علـى حضراتكم زيادة رأس المال من ٥٠٠ الف جنيه الى مليون جنيه بنـاء على قراركم فى اجتماعكم غير العادى بتاريخ ١٩ اكتوبر سـنة ١٩٣٨ وتفويضكم مجلس الادارة فى اصدار اسهم بقيمة الزيادة على دفعـة واحدة أو على دفعات فى الاوقات وبالشروط التى يراها مناسبة .

وقد تم الاكتتاب فى هـذه الزيادة فى شهر مارس سنة ١٩٥١

كذلك تجدون حضراتكم فى هذه الميزانية لاول مرة «حساب احتياطى التوسيعات» وقدره ١٧٥ الـف جنيه الذى رأى مجـلس الادارة حجزه من أرباح هذا العام لمواجهة جانب من مشروع التوسع فى محطة توليد الكهـرباء الذى اقتضـاه استكمال ادارة الوحدة الثانيـة للمصانع وزيادة المنشئات الاضافية

توزيع الارباح

بلـغ صـافى ارباح الشركة عن السنة المنتهية فى ٣٠ سبتمبر سنة ١٩٥١	٧١٧	٣٩٢٦٤١
يخصم منه طبقا للمادة ٥٧ مـن القانون الاساسى:		
(ا) ١٠٪ احتياطى قانـونى ٣٩٢٦٤ ١٧٢		
(ب) حصة اولى للمساهمين بواقع ٥٪ من رأس المال المدفوع وقـدره مليون جنيـه أى مبلغ٠٠٠ ٥٠٠٠٠		
	١٧٢	٨٩٢٦٤
الباقى	٥٤٥	٣٠٣٣٧٧
(ج) ١٠ ٪ منـه لاعضـاء مجلس الادارة	٧٥٥	٣٠٣٣٧
الباقى بعد ذلك	٧٩٠	٢٧٣٠٣٩
يضاف اليه المرحل من العام السابق وقدره	٥١٨	٦٤٨٧
فيكون المجموع	٣٠٨	٢٧٩٥٢٧
يوزع منـه ربح اضافى للمساهمين بواقع ٢٠٪ مـن رأس المال	٠٠٠	٢٠٠٠٠٠
الباقى	٣٠٨	٧٩٥٢٧
يرحل منه لحساب احتيـاطـى التـوسـيعات	٠٠٠	٧٥٠٠٠
الباقى ويرحـل للعام القادم	٣٠٨	٤٥٢٧

فاذا وافقتم على هذا التوزيـع يصبح ربح السهم الواحـد ١٠٠ قرشا (مائة قرش) يخصم منـه الضرائب المستحقة قانونا ويصرف الباقى من بنك مصر مقابل تقديم الكوبون رقم ٩ مرفقا بالاسـهم ابتداء من يوم الاربعاء الموافق ٢٦ ديسمبر سنة ١٩٥١

المرجو من حضراتكم اذا وافقتم على هذا التقرير وعلى ما جاء به :

اولا ــ التصديق على حسابات الشركـة وميزانيتها عن السـنة المنتهية فى ٣٠ سبتمبر سنة ١٩٥١ واخلاء طرف اعضاء مجلس الادارة عن كل ما يتعلق بادارتهم فى تلك السنة

ثانيا ــ الموافقة على توزيـع الارباح كاقتراح مجلس الادارة

ثالثا ــ الموافقـة على اعـادة انتخاب حضرات الاعضاء الذيـن انتهت عضويتهم أو اختيار غيرهم بمجلس الادارة

رابعا ــ اعتـماد ضـم حضرة الدكتور محمد زكى عبد المتعال بك وحضرة صاحب العزة محمد رشدى بك الى عضوية مجلس الادارة

خامسا ــ تعيين مراقبين لمراجعة حسابات الشركة عن سنة ١٩٥١ ــ ١٩٥٢ أو اعادة تعيين مكتب الخبراء المحاسبين (رسل وشركاه) وتفويض مجلس الادارة فى تحديد اتعابهم

شركة مصر للغزل والنسج الرفيع من القطن المصرى

شركة مساهمة مصرية

مركزها الرئيسى بالقاهرة ومصانعها بكفر الدوار

سجل تجارى رقم ٢٧٩٧٠ القاهرة

قــرارات

الجمعية العامة العادية للمساهمين المنعقدة بدار بنك مصر بالقاهرة فى يوم الجمعة الموافق ٣١ ديسمبر سنة ١٩٥١

نقرر بالاجماع

أولا ــ التصديق على حسابات الشركة وميزانيتها للسنة المالية المنتهية فى ٣٠ سبتمبر سنة ١٩٥١ واخلاء طرف اعضاء مجلس الادارة عن كل ما يتعلق بها

ثانيا ــ الموافقة على تـحديد الارباح كما جاء بتقرير مجلـس الادارة وتوزيع حصة للمساهمين قدرها ١٠٠ قرش (فقط مائة قرش لاغير) للسهم الواحد تخصم منهـا الضرائب المستحقة قانونا وسيصرف الصافى من بنك مصر وفروعه مقابل تقديم الكوبون رقم ٩ مرفقا بالاسهم ابتداء من يوم الاربعاء الموافق ٢٦ ديسمبر سنة ١٩٥١

ثالثا ــ تجديد عضوية حضرات أعضاء مجلس الادارة الذين انتهت مدة عضويتهم وهم حضرات اصحاب السعادة والعزة عبد المقصود احمد باشا والياس اندراوس باشا وصالح عنان باشا ومحمد محمود خليل بـك .

رابعا ــ اعتماد ضـم حضرتى دكتور محمد زكى عبد المتعال بك ومحمد رشدى بك الى عضويـة مجلس الادارة

خامسا ــ اعادة تعيين مكتـب الخبراء المحاسبين «رسل وشركاه» لمراجعة حسابات الشركة لسـنة ١٩٥١/١٩٥٢ وتفويـض مجلس الادارة فى تحديد إتعابهم وضـم مراقبى مصرى الجنسية اليهم .

رئيس مجلس الادارة

حافظ عفيفى



كان كل شيء في القرية جميلا ، وكان كل شيء هادئا كانت صورة رائعة للسلام، ولحرية الانسان ، فى ظل قانون طبيعي ساذج لكنه سائد ، ينشر بين القرويين الاطمئنان ، ويطبعهم بطابع من صفاء النفوس ، كصفاء سمائهم الساحرة فى اشراقة يوم من أيام الربيع .

كانوا جميعا مسالمين ، يجتمعون كل مساء بعدصلاة العشاء حول الشيخ سيد ، الرجل المسن الاشيب الذى كانوا يقولون له يامولانا ، والذى كان يعمل لصلاة الفجر مؤذنا، ولمدرسة القرية معلما ، ولجماعة المصلين اماما ... يجتمعون حوله فيستمعون الى شيء من تفسير القرآن ، وشيء من حديث الرسول .

لكن (عم طلبه) كان أحبهم للهدوء ، يلتفون هم مزاحمين حول الشيخ سيد، ويجلس هو في ركن من القاعة الضيقة ، ساكنا صامتا يستمع ، لا يشارك برأى ولا يشترك فى حديث فاذا ما أنهوا جلستهم ... نهض عم طلبه فعاد الى داره وجلس الى زوجه بعض ساعة ثم وسد رأسه بقية الليل حتى يكون الاسحار .

ولعل أحاديثهم حول الشيخ سيد فى أماسى تلك الايام من عام ١٩١٨ كانت قد بدأت تطرق موضوعات غير التفسير . فقد بدأت الانباء تصل القرية عن التلاميذ فى القاهرة وعن الانجليز وعن سعد زغلول . ثم أخذت هذه الانباء تكاد تشغل من أحاديثهم كل وقتهم ، (وعم طلبة) قابع فى ركنه المنزوى كعادته يستمع ولا يشارك فى حديث .

لم يكونوا يدركون تماما أفانين السياسة الانجليزية فى مصر ، لكنهم كانوا بجوهر طبيعتهم الاصيل يشعرون جيدا بما كان الانجليز يذيقونه لبلادهم من صنوف العذاب . وكان طبيعيا أن يشعروا بهذا وقد كانوا يزرعون القمح فتستولى عليه السلطة الانجليزية ، ويرعون الماشية فتستولى عليها السلطة الانجليزية أيضا ، ويصنعون الخبز ويبنون الحياة بسواعدهم القوية وعرقهم المتصبب .. ثم يجدون الخير الذى صنعوه والحياة التى بنوها قد آلت كلها الى المستعمرين

انهم لم يكونوا يجهلون شيئا من هذا قط ، بل كانوا يشعرون به في أعماقهم ويحسونه فى ضمائرهم ، لكنهم كانوا يؤجلون حسابهم للانجليز عليه حتى يكون الحساب .

وان أنباء العاصمة لتبلغهم ذات مساء بنفي سعد الى مالطة وبثورة المصريين الاحرار . وتتوالى الليالى وتتوالى الانباء ويمضي الشيخ سيد في وقاره البالغ – لكن فى حماسة دافقة أيضا – يحكي لهم ما حكى له من حكايات ، ويخبرهم بما جاءه من أخبار .

انه ليروى قصص المظاهرات الكبرى التى اختلط فيها الموظفون بالتلاميذ بالعمال ، ويروى كيف كان رصاص الانجليز الآثم يردى حملة الاعلام فيجثون راكعين ساجدين لكن تظل مرفوعة من بعدهم الاعلام .

انه ليروى ويروى ويروى كيف أن (النسوة) كما كان يسمى السيدات ، خرجن مع الرجال في العاصمة يتلقين بصدورهن رصاص الاعداء .

وانه ليروى ويروى ويروى ، ثم يسألهم ذات ليلة ماذا هم فاعلون بالجند الانجليز المرابطين على قرب من قريتهم الهادئة الساكنة، فيقول قائل سنمنع عنهم الطعام ويقول آخر سنعطل دونهم القطار ويقول غيرهما سنفعل بهم كذا ويقول غيرهم سنفعل بالانجليز كيت ... لكنهم يسمعون صوتا قويا يصدر عن الركن المنزوى فى القاعة ويتلفتون اليه فيجدون (عم طلبه) الرجل الذى كان دائما أكثرهم مسالمة وأحبهم الى الهدوء والدعة يزأر كالاسد الجريح مثنى وثلاث ورباع سنشرب دمهم ... قسما لنشربن من جسومهم الدماء .

وكان الصباح حين تنبه الجند المرابطون على قرب من القرية الى أن مواصلاتهم التليفونية قد باتت مقطوعة فجيشوا (حملة تأديب) كما أسموها، تعلم القرويين الوطنيين كيف يكون النظام

ولم تمض ساعة بعد صلاة الفجر ، حتي كانت القرية الامنة الطيبة الهادئة ميدان معركة مشتعلة ، يعمل فيها الانجليز رصاص رشاشاتهم وتلتهم مخازنها ودورها الحرائق فى كل مكان .

وفى بشر وفى فرحة وفى لهفة على يوم لقاء الانجليز ، كان رجال القرية يخرجون

بنادقهم وبعصيهم وبالحجارة أيضا ، فيقابلون بضعف سلاحهم وقوة عزيمتهم رصاص المستعمرين .

وفي ثورة عاتية ، كان رجل عرف دائما بالدعة ، يعدو كالقدر بين الصفوف ، لا يقفه شيء ، فيجر واحدا من جنود الاعداء ويغمد في صدره شيئا كسكين ، ثم ينحني فوقه ويرشف من صدره الدماء . ولا ينهض حتى ترديه شهيدا بنادق الاعداء .

وتعود بقايا الحملة التأديبية الى معسكرها ، ويتلفت القرويون الى قريتهم فيجدونها شيئا غير الذي كان .. يجدونها حطام حرائق وأطلال مساكن ... وضحايا من الشهداء وكثيرا من الالام .. لكنهم يجدونها أيضا وعيا جديدا ووثبة جديدة وأملا جديدا في يوم الحرية المرتقب .

أما القرويات، فكن يجلسن عند هذه حينا وعند تلك حينا ، لا يتشاكين ولا يتباكين لكن يتدارسن كما يتدارس الرجال ما ينبغي أن يكون عليه الكفاح . فاذا جلسن ذات مرة الى (أم اسماعيل) (زوجة الشهيد) عم طلبه وجدنهاكبيرة القلب سامية الروح ، معتزة متباهية بأن رجلها كان الرجل الذي شرب قبل أن يموت من دماء الاعداء . لكنهن أيضا يجدن عندها شيئا واحدا يؤرق أجفانها ، هو أن صغيرها (اسماعيل) لم يكن في القرية ، فقد كان في القاهرة يدرس في معهد من معاهد العلم كالدارسين، ولو انه كان في القرية لعرف كيف يثأر لدم أبيه من الانجليز !

وتكاد القرية بعد شهور تعود سيرتها الاولى فيخضر النبت وترسل الساقية ألحانها العبقرية ويجري الماء هادئا الى الحقول ... لكن خاطر الثأر من الانجليز كان لا يزال يملأ بال (أم اسماعيل) زوج الشهيد .

وتطول غيبة اسماعيل عن القرية(وتنقطع كتاباته الى ذويه ، وتزداد لهفة (أم اسماعيل) عليه ، فتحمل نفسها الى القاهرة تبحثعنه وهي لا تدري أين يكون !

لكنها تعرف كيف تسأل عن حي الحسين ، وكيف تكون عند الجامع الازهر ، كيف تنحرف يسرة الى ذلك المنعطف الضيق ، فتسأل عن محل (الحاج بدوي البقال) الذي كانت تعنون باسمه رسائلهم الى ولدها اسماعيل

انها لتبلغ محل الحاج بدوي وهو يسلم يمنة ويسرة في ختام صلاة العصر ، فاذا ما نهض الى مقعده الخشبي سألها عن حاجتها فسألته عن ولدها فراح في صمت عميق ..!

فاذا عادت تسأله منذ متى لم يره ، قال : منذ أيام الثورة الاولى . ثم تتعثر الكلمات بين شفتيه وهو يقول :

ـ انه ... انه ... ، فتسأله : انه ماذا ؟ لتسمعه يجيب : ألم يبلغك أبوه ؟ لقد كتبت اليه منذ شهور وجاءني منه رد على الخطاب . فتسأل في اضطراب : ماذا كتبت اليه ؟ ويجيب : كتبت أعزيه وتثب أم اسماعيل الى الرجل وتمسك بثوبه صارخة: كيف مات ؟ فيقول : برصاص الانجليز ! وعند هذا فقط تعلم (أم اسماعيل) ان زوجها أشفق من أن يبلغها مصرع وحيدها قبل أن يثأر لدمه من السفاكين ... لكنه مات ـ الوالد أيضا ـ برصاصهم قبل أن ينقل اليها النبأ العظيم .

وتنطلق زغرودة طويلة عالية تتجاوب أصداؤها في أرجاء حي الحسين .. ويشهد أهل الحي ريفية فارعة في ثوبها الاسود الطويل تنطلق صائحة في الطريق : لقد انتقم، لقد انتقم من الانجليز وتعود فتطلق وراءها وأمامها ومن حولها الزغاريد .!

ولعل شرطيا استوقفها فلم تقف ، ثم تبعها يسألها عما كان بها ليعلم منها أنها فرحة بابنها الشهيد ... وبزوجها الشهيد .. أرداهما رصاص الانجليز !

لم يرو أحد لها كيف مات اسماعيل ، لكنها رأته في ضميرها وقد خرج في المظاهرة الكبرى مع المتظاهرين ، وسمعته في ضميرها وهو يهتف هتافهم ويصرخ صراخهم ويتقدممعهم فيفعل بالانجليز ما يفعلون ، ثم يهوي في دمه برصاصهم الآثم لكن وهو يهتف لبلاده بالحياة مع الهاتفين .

لقد ماتا اذن ، رأتهما شهيدين، وكان لديها سواء .. انتقم أبوه له أو انتقم هو لابيه !

وفي السكون مع الليل ، كانت القرية النائمة الساكنة تصحو ، تتجاوبها من كل ناحية الزغاريد ، فقد عادت أم اسماعيل ، عادت توقظ النائمين لتبشرهم البشرى التي كانت تتلهف عليها من قديم ... ويستمعن لها نساء القرية فيطلقن بدورهن الزغاريد !

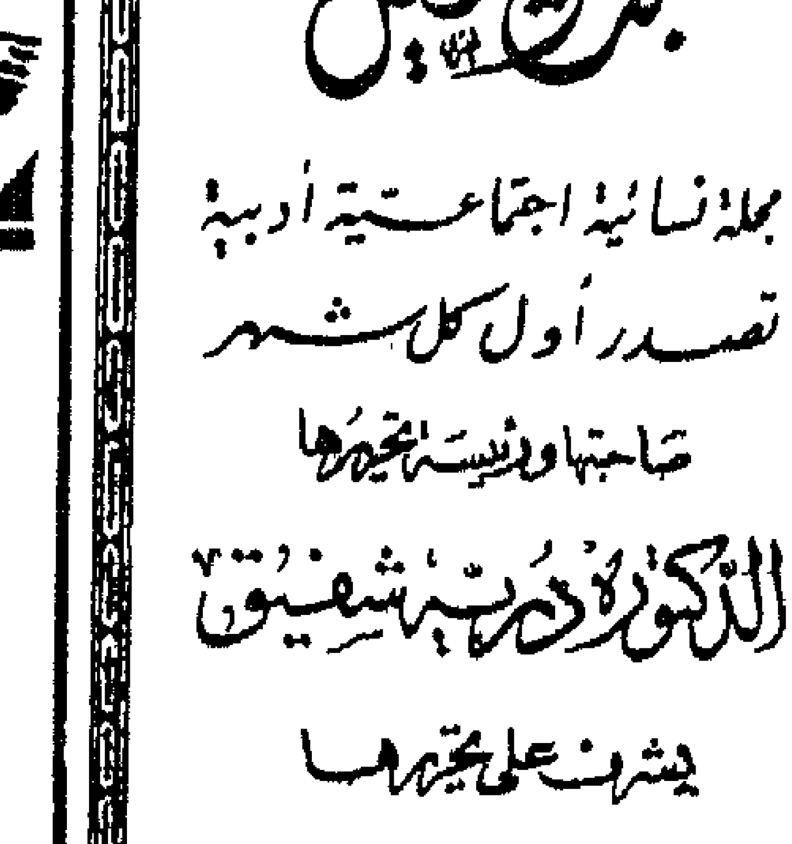
ولعل القرية اذ ذاك لم تنم بقية الليل ، أو لعلها عادت فنامت ، لكنها على أية حال كانت كلها راضية بأن الرجل مات من أجل مصر ، وان ولده مات من أجل مصر ، وأن مصر ، لم تمت ... ولن تموت !

يوسف فهمي









بريد الاطباء

الانسة سميرة عبد العزيز :

احضرى للدخول بمستشفى الملك بالقاهرة ومعك هذا العدد من بنت النيل وقدميه للدكتور حسنى السيد حجازى فى يوم من أيام الاحاد فان حضرته سيجرى لك العملية

عز الدين ــ العريش :

قلنا عن الالمنيوم انه ضار بالصحة ان ترك الطعام فيه بعد طهيه مدة طويلة

ف.أ.م.عابدين :

ينصح الدكتور يوسف كمال العجيزى باتباع النظام الاتى :



١ ــ زيادة عدد وجبات الطعام من ثلاثة الى خمسة وجبات: أ) وجبة فى الصباح المبكر بعد القيام بمجهود عضلى بسيط كالمشى لمدة ربع ساعة أو أداء بعض التمرينات الرياضية الخفيفة (فطور) ب) وجبة خفيفة اخرى فى الساعة العاشرة صباحا. ج) وجبة ثالثة كاملة فى الساعة الثانية من بعد الظهر (غداء) . د) وجبة خفيفة فى الساعة السادسة مساء هـ) وجبة اخيرة فى الساعة التاسعة مساء (عشاء)

٢ ــ الاكثار من تناول المواد النشوية مثل الخبز والبطاطس والارز والمكرونة ، كذلك الخضراوات الطازجة والفواكه ويستحسن أن تكثر السيدة من تناول اللحوم السمينة (ضانى) وكذلك الكبدة على أن تكون الاخيرة (نصف سواه)

٣ ــ عدم التفكير فى المسائل غير السارة أثناء تناول الطعام مع محاولة الاستماع الى الموسيقى اثناء ذلك او تبادل الاحاديث السارة وكذلك يجب أن تكون طريقة عرض الطعام على المائدة منظمة وفاتحة للشهية (ويستحسن وضع الازهار على المائدة) وتناول الطعام بعد أخذ فنجان من الشوربة الساخنة فى الغداء

٤ ــ الاهتمام بمزاولة الرياضة المناسبة التى لا تسبب اجهادا كالجرى والتنفس والباسكت بول (كرة السلة)

٥ ــ أخذ حبتين من أقراص فيزينرال Visyneral بعد الاكل مرتين يوميا وحقن هيبافروفيت فى العضل يوميا

أما بخصوص الارق يستحسن شرب كوب من اللبن الدافىء قبل النوم

سيدة قلقة فى الاسكندرية ع.ب :

ينصح الدكتور يوسف كمال العجيزى بألا تقلق كثيرا بخصوص بكاء طفلها بعد الرضاعة فان هذا دليل على عدم كفاية كمية اللبن الذى يتناوله أى عدم شبعه . ويجب عليها أن تهتم بتنظيم مواعيد الرضاعة وتكون كل ثلاث ساعات بدلا من أربع ساعات ولمدة ربع ساعة وبين كل رضعة وأخرى يستحسن اعطاء الطفل ماء محلى بالسكر بالبزازة . واذا كان افراز لبنك يا سيدتى غير طبيعى فيمكنك الحصول على مستخرج زيت الحلبة مجانا من قسم الكيمياء الحيوية بكلية طب جامعة فاروق حيث يعطوك البيانات اللازمة لاستعماله وعليك أن تهتمى بغذائى اهتماما كبيرا وتحرصى على أن يكون حاويا كل العناصر الغذائية مثل اللحوم أو البيض والجبن والبقول والخبز والمكرونة والارز والزبدة والزيت والخضراوات الطازجة والفواكه

ويمكنك اعطاء الطفل عصير برتقال (مرتين يوميا)

قارئة حائرة ا.م. :

اعرضى نفسك على اخصائى معروف فى الانف والاذن والحنجرة

قارئة وصديقة قديمة حائرة وحزينة بالسيدة :

الدكتور على مرتضى على استعداد لاجراء العملية

القارئة عزيزة عزيز القاهرة :

يقول الدكتور حسنى السيد حجازى ان تشخيصك للمرض صحيح . فهو ارتكاريا ناتجة عن حقنة البنيسلين التى اخذتها وهذا حدث نادر جدا ولكن يصح وقوعه الرجاء استشارة طبيبك الخاص فى استعمال بنادريل أو انتى هيستامين

احلام ــ اللاذقية سوريا :

كل ما عندك ناتج عن حب الشباب الذى اصبت به منذ خمس أو ست سنوات . علاجك جراحة التجميل

قارئة مواظبة س.ج. بشبرا :

اتصلى رأسا بالدكتور حسنى السيد حجازى ومعك هذا العدد من بنت النيل فانه يعامل قارئاتنا معاملة خاصة

بريد الجمال

طالبة جامعية بالاسكندرية :

اطلبى من أى محل يبيع مستحضرات لوسيون استرانجان (مع تعطيش الجيم) ، أو قولى للبائعة ان بشرتك دسمة وانك فى حاجة الى اللوسيون الخاص بها .

القلقة م.د. لبنان :

يجب أولا أن تهتمى بصحتك . اتبعى الارشادات التى كتبناها الى ف.ا.م. عابدين ، فى بريد الاطباء أما البابونج فهو لا يضر الشعر

البائسة ك.ش. بمصر الجديدة :

يجب الا يزيد وزنك على الخمسين كيلوجراما بأى حال من الاحوال . ومحيط الارداف ٨٠سم والخصر ٦٠سم والصدر ٨٠سم . انك تقولين انه ليس فى استطاعتك القيام بأى تمرينات رياضية لانشغالك فى شئون المنزل . نحن لا نطلب منك اكثر من ربع ساعة أو عشر دقائق يوميا تخصصينها للتمرينات الرياضية . أما عن العلاج بالكهرباء وبالبخار فاننا لا ننصح به قبل استشارة الطبيب

نيللى فائزة ا.ح :

١) طولك مناسب لوزنك ٢) الرياضة التى تكسب الجسم طولا هى السباحة فى الصيف والعاب العقلة والمتوازيين . وتستمر الفتاة فى الطول الى سن الاحدى والعشرين واحيانا الى سن الخامسة والعشرين

فاطمة م. الجيزة :

يمكن علاج هذه البقع السوداء بالكهرباء عند أحد الاخصائيين

ع.ع. الروضة :

أعرضى نفسك على الدكتور حسنى السيد حجازى اخصائى جراحة التجميل ومعك هذا العدد من المجلة . فان حضرته يعامل قارئات بنت النيل معاملة خاصة

مشاكل القارئات

التاعسة الحائرة قارئة بنت النيل :

الزواج مسألة يلعب القدر فيها دورا هاما . فلا الجميلات هن المحظوظات ولا الغنيات ينفردن فى كسب المعركة .. كل ما أوصيك به أن تشغلى وقتك إما بالقراءة أو الرحلات أو الاشتراك فى هيئة اجتماعية ، وأؤكد لك أن الحظ سيواتيك متى شغلت نفسك بمثل هذه الامور . أطمئنى فالحظ لابد أن يسعدك فما زلت صغيرة السن وشكلك يبشر بالمستقبل الباسم . كل وصيتى لك القراءة فتضربين عصفورين بحجر

آنسة عفاف ببورسعيد :

فى امكانك أن تتصلى بمحل جونو عن طريق البريد مع ارسال المصاريف طبعا

عبد الكريم أحمد عطية :

نحيى فيك صدق وطنيتك وكنا نود نشر نشيدك لولا ضيق المقام

الصديقة البائسة هـ. بالاسكندرية:

ارسلى شكواك الى وزارة الشئون الاجتماعية أو وزارة الدفاع فاذا لم تصلى الى نتيجة فاننا سنكتب لك فى موضوعك

مارى جرجس بالمنيا :

نشكرك على جميل شعورك

المعذبة ف.ع.ج :

ما دام السورى لا عيب فيه فاقبلى الزواج منه لتنقذى نفسك وامك واهم شىء فى الزواج خلقه فاذا تأكدت من قوة اخلاقه فلا ترددى وادعو لك بالتوفيق

سعيد ابراهيم كلية التجارة جامعة فاروق :

اظنك معنا فى أنه ليس الوقت وقت اعلان النتيجة مسابقة جمال . والصورة التى ارسلتها ما زالت عندنا فى حرز ونحن على استعداد لردها اليك ان شئت

حائرة س.ح الاسكندرية :

حاولى أن تعرضى المسألة على أحد أقاربه فربما يجد لك حلا . واصبرى فربما يشهد ضيقك فيعطف عليك ويشعر هو بنفسه

قارئة معذبة :

اقطعى علاقتك بهذا الرجل فورا وعيشى لزوجك وطفلتك واذا الح زوجك فى أن تذهبى اليه قولى له انك سمعت بسوء اخلاقه .. لا تلقى نفسك بالنار ولا تحطمى مستقبلك بيديك فهؤلاء لا فائدة منهم اطلاقا (الا خراب البيوت)

البائسة س.م. بسراى القبة :

اتصلى بالانسة روحية القلينى بالمجلة وخذى منها موعدا بالتليفون بين السادسة والسابعة تليفون رقم ٤٠٦٨٤ ــ ٤٩٦٦٨

م. عبد العزيز .

مادمت تلمس اخلاصها ووفاءها فلابد أن تتزوجها والمسألة ستحل مع اهلك واهلها بمضى الوقت

سعاد ... :

والله مسكينات بنات الريف كان يجب أن يهيأ لهن تسلية كناد نسائى أدبى أو ما شابهه . ولكن ما العمل . عليك بقطع الوقت بالقراءة الكثيرة وعمل التريكو . القراءة لا فى المجلات فحسب ولكن فى الكتب المفيدة وستعرفين النتيجة السارة فيما بعد ستنسيك الملل فى الوقت الذى تكتسبين من القراءة مكسبا عظيما

حائرة جدا بالزقازيق :

ان فارق السن بينكما كبير ولكن اذا شعرت بميل نحوه فلا ترددى ما دام والدك يرى انه يصلح لك فالشكل ليس كل شىء فى حياة الرجل وأهم منه الخلق والمركز

محاسن ابراهيم خليل :

يمكنك متابعة دروسك من المنزل أو الالتحاق باحدى المدارس الثانوية الحرة للبنات

مشتركة بالمحلة الكبرى .

المدارس الحكومية لا تقبل الا المؤهلات الرسمية قدمى طلبا الى المدرسة الاجنبية التى درست فيها فلعلها تكون فى حاجة الى مدرسة فى قسم روضة الاطفال . أما خطك فقد تحسن كثيرا ونحن نهنئك على هذا التقدم

الحائرة م.ف. الجيزة :

حسنا فعلت حين قلت كل شىء لا تيأسى فان المياه لن تلبث أن تعود الى مجاريها ولسوف يعرف المخطىء خطأه

القارئة س.س.س. بالزمالك :

يمكنك الحصول على كتاب فى البروتوكول من دار الكتب المصرية قسم المراجع الافرنجية

الحزينة المتألمة جدا ز.ا. :

لم نفهم كلمة واحدة من خطابك اكتبى لنا من فضلك بخط واضح

م.ف. :

نشعر من خطابك أن هذه الفتاة لن تسعدك اتركها وفكر جيدا قبل أن تقبل على عمل جدى بعد اليوم وقديما قال المثل «فى التأنى السلامة وفى العجلة الندامة»

آنسة ا. س. ف. ههيا :

ان تعريض البشرة لبخار الماء لا يزيل هذه الحسنات السوداء التى تحدثيننا عنها وانت بدون شك تخلطين بينها وبين النقط السوداء التى يمكن ازالتها . اما الحسنات فتزال عند اخصائى فى جراحة التجميل

بشرى محمد ابو العينين :

اعرضى فراءك على المحال الخاصة بحياكة الفراء لانه ليس فى استطاعتك تفصيل او حياكة مثل هذه الاشياء ويمكنك اخذ رأى محل سيستو فاريس وباسكاليس وكندا فورز وكلها فى شارع قصر النيل .

ف.ا. بلقاس :

من الجائز جدا ان تكون الحالتان مرتبطتين ببعضهما والافضل عرض نفسك على طبيب امراض النساء.

ل. حلب ــ سوريا :

١) لابد من عرض نفسك على اخصائى فى الامراض الباطنية فقد تكونين مصابة بضعف عام أثر على صدرك ٢) ليس هناك افضل من الطريقة التى تعرفينها لازالة الشعر

بيير انجيلي تنصح الفتيات

يندر أن تجد سيدة في حاضرها ، فالحاضر ليس له وجود عند السيدات لا يعترفن به والدليل على ذلك ان الفتيات يتعمدن دائما الظهور في سن أكبر من سنهن الحقيقية وعندما يكبرن يحاولن العودة الى السن الذي خلفنه ومعنى ذلك أنهن يتخطين – في الحالين – الحاضر .

وهذه حقيقة لا تستطيع أية فتاة أن تنكرها

ان كل فتاة صغيرة تحاول أن تكبر بسرعة فائقة ، فتروح تقلد في ملبسها وفي كل ما يتصل بحياتها من هن أكبر منها ، فتفقد بهذا التقليد الذي ليس له أي مبرر أجمل فترة في حياتها

وقد مرت بيير انجيلي كوكب مترو جولدوين ماير بهذه التجربة ووقعت في نفس الخطأ الذي تقع فيه أغلب الفتيات الصغيرات فقد كانت بيير متأثرة تأثرا ضخما بكواكب هوليوود الفاتنات وكانت تحاول تقليدهن في كل شيء حتى تبدو أكبر من سنها، فكانت تختار الملابس التي لاتناسبها وتصفف شعرها بطريقة لا تتفق مع مظهرها أو مع سنها الغضة ، وتسرف في استعمال أدوات التجميل .

وتقول بيير في ذلك (وعندما انتقلت الى هوليوود تعلمت ان أفضل شيء للفتاة أن تختار من الملابس ما يناسب سنها وان تنهج في حياتها النهج الطبيعي البعيد عن التكلف وانه يمكن أن يكون لكل سن سحره وجماله ، وقد اكتشفت أيضا أن هناك فرقا عظيما بين الفتاة التي يقل سنها عن عشرين عاما والفتاة التي تتخطى العشرين من عمرها .)





بيير انجلي

وتستطرد بيير قائلة : (ولا زلت أذكر ما اعتراني من شعور عندما سمعت لاول مرة من يقول لي (البسي ما يناسب سنك) فقد فكرت في الحال في كل ملابس الطفولة المضحكة التي لا جمال فيها ولكنني لم ألبث ان تبينت اني كنت على خطأ وانه في وسع كل فتاة في أى سن أن تجد من الملابس ما يناسبها وما يبرز جمالها وحسنها وما يلائم شخصيتها فانه من أهم الامور ان تفكر الفتاة في شخصيتها عند انتقاء ملابسها)

وتعني بيير بأن تترك شعرها مرسلا على طبيعته وتقول في ذلك (يجب ان تعرف كل فتاة ان الشعر اذا صفف بطريقة لا تلائم طبيعة الوجه ، فانه سيكون عاملا كبيرا في افساد المظهر والتقليد هنا أكثر ضررا من التقليد في الملبس لانه يتصل اتصالا مباشرا بجمال الوجه

وتختم بيير حديثها بقولها لست أدري لماذا تحاول الفتاة ان تبدو أكبر من سنها الحقيقية . هذه حماقة لاشك فيها وخير للفتاة أن تعيش كل يوم من عمرها بدلا من أن تفقد السنوات تضيعها على نفسها بالتقليد والتكلف)

هذا هو رأي بيير انجيلي الكوكب الايطالية الحسناء التي قدمتها لنا مترو جولدوين ماير منذ فترة وجيزة في فيلم (تريزا) نعرضه على فتياتنا ونحن نعتقد ان بيير على حق في كل ما ذهبت اليه فان الخطأ الذي يقع فيه أغلب الناس أنهم لا يعيشون حياتهم كما يجب

(ميم)

من أفلام مترو
القادمة



الحب أقوى من الحياة

راى ميلاند ونانسى دافيز اللذان يتألقان فى تحفة مترو جولدوين ماير الغرامية (الحب أقوى من الحياة) التى يشترك فى بطولتها مجموعة ممتازة من أبطال الشاشة النابهين أمثال جون هودياك ولويس ستون وجين هاجن .



مشين للغاية

وهذه كوميديا غرامية رائعة لمترو جولدوين ماير يضطلع ببطولتها ازيو بنزا مع جانيت لى ومجموعة من أبطال الكوميديا وهى من بين الافلام التى سنراها قريبا فى القاهرة .



أولدزموبيل
ذات المحرك ال V.8. ROCKET
قوة ١٤٥ حصانا
سيارة الموسم وكل موسم
تعرض حاليا
والتسليم فورا
مع تسهيلات في الدفع
محطة خدمة فنية كاملة يديرها مهندسون اكفاء
توكيل أولدزموبيل
جميل المطيعي
بمدخل مصر الجديدة
تليفون ٦٢٢٣٨



وقاية المحرك
المحرك جزء حيوى من سيارتك ولذا
فهو يتطلب منك عناية خاصة
بإختيار زيت جيد من نوع
وصنف مناسبين للحصول على
تزييت صحيح
من شأنه أن يحافظ على نظافة
المحرك ويضمن أداء أفضل كما يقلل
أخطار العطل فى الطريق
راجع مستوى الزيت فى خزنة الكرنك فى
فترات متقاربة وانزح الزيت منها واعد
ملئها بزيت جديد كلما دعت الحاجة. لاتخاطر
بمحرك سيارتك. إستعمل أجود الزيوت فقط
موبيلويل
الزيت الذى يحتفظ بجزيئات الكربون
معلقة فيه وينظف ويزيت فى آن واحد
شركة سوكونى - فاكوم اويل القاهرة